Mārkaṇḍeya-purāṇa
(xxxix-xliii)

Tălmăcire din sanskrită de
Vlad Șovărel

București
6 iulie 2025

Cuprins

Mārkaṇḍeya-purāṇa

XXXIX. Despre Yoga ... 3
Controlul suflurilor (*prāṇāyāma*) ... 5
Postura lotusului (*padma-āsana*) ... 8
XL. Desăvârșirea yoginului (*yogisiddhi*) ... 16
XLI. Obiceiurile yoginului (*yogicaryā*) ... 23
XLII. Despre silaba AUṀ ... 28
XLIII. Despre semnele morții (*ariṣṭa*) ... 32

Bibliografie ... 47

XXXIX
Despre Yoga
(*yogādhyāya*)

दत्तात्रेय उवाच
ज्ञानपूर्वो वियोगो योऽज्ञानेन सह[१] योगिनः।
सा[२] मुक्तिर्ब्रह्मणा चैक्यमनैक्यं प्राकृतैर्गुणैः॥१॥

1. Dattātreya a spus:
— Acea separare de ne-cunoaștere (*ajñāna*),
Precedată de cunoaștere (*jñāna*), este izbăvirea (*mukti*) yoginului.
Prin *bráhman* [este obținută] unitatea, iar
Prin calitățile (*guṇa*) lui *prakṛti* [este obținută] diversitatea.

योगे च शक्तिर्विदुषा येन श्रेयः परं भवेत्।
मुक्तिर्योगात्तथा योगः संयग्ज्ञानान्महीपते।
ज्ञानं दुःखोद्भवं[३] दुःखं[४] ममतासक्तचेतसाम्॥२॥

2. Iar în *yoga*, de către cel înțelept,
Śakti trebuie să devină starea supremă.
Mare Stăpân! Izbăvirea (*mukti*) vine din *yoga*;
Yoga vine din cunoașterea corectă;
Cunoașterea vine din suferință (*duḥkha*);
Suferința vine din îndreptarea minții spre „al meu” (*mama*).

तस्मात्सङ्गं प्रयत्नेन मुमुक्षुः संत्यजेन्नरः।
सङ्गाभावे ममेत्यस्याः ख्यातेर्हानिः प्रजायते॥३॥

3. De aceea, aspirantul la eliberare (*mumukṣu*) trebuie
Să abandoneze pe deplin și prin toate mijloacele identificarea (*saṅga*);
Absența identificării cu „al meu” (*mama*)
Duce la dispariția „reputației”/percepției [acestuia],

निर्ममत्वं सुखायैव वैराग्याद्दोषदर्शनम्।
ज्ञानादेव च वैराग्यं ज्ञानं वैराग्यपूर्वकम्॥४॥

4. Starea de non-„al meu” este, fără îndoială, [cauza] fericirii (*sukha*).
Vederea păcatelor apare din renunțare (*vairagya*);
Din cunoaștere (*jñāna*) apare renunțarea (*vairagya*);
Cunoașterea precede renunțarea (*vairagya*).

तद्गृहं यत्र[५] वसतिस्तद्भोज्यं येन जीवति।
यन्मुक्तये तदेवोक्तं ज्ञानमज्ञानमन्यथा[६]॥५॥

5. Așa cum casa este pentru a locui,
Iar mâncatul pentru a viețui,
Tot așa a fost declarată cunoașterea pentru izbăvire (*mukti*) –
Ignoranța fiind cea contrară (greșită).

---

[१] ज्ञानपूर्ववियोगोऽसौ ज्ञाने नष्टे च॥ [२] स॥ [३] सङ्गदोषोद्भवं॥ [४] ममत्व॥ [५] वसति॥ [६] ज्ञानाज्ञाने न चान्यथा॥

उपभोगेन पुण्यानामपुण्यानाञ्च पार्थिव।
[१]कर्त्तव्यानाञ्च[२] नित्यानामकामकरणात्तथा[३] ॥६॥

6. O, Domn al Pământului!
Prin experimentarea cu detașare a virtuților|ne-virtuților (*puṇya*|*apuṇya*),
A celor ce trebuie îndeplinite întotdeauna,
Dintr-o atitudine lipsită de dorință,

असञ्चयादपूर्वस्य क्षयात्पूर्वार्जितस्य च।
कर्मणो बन्धमाप्नोति शरीरं[४] न[५] पुनः पुनः।
कर्मणा मोक्षमाप्नोति वैपरीत्येन तस्य तु॥७॥

7. Din absența acumulării [consecințelor acțiunilor viitoare]
Și din distrugerea legăturii dobândite
Din acțiunile anterioare (*karman*) –
[Yoginul] nu mai obține din nou corp (*śarīra*).
Prin opusul acțiunii (*karman*)
Obține a sa mântuire (*mokṣa*).

एतत्ते कथितं राजन्[६] योगं चेमं निबोध मे।
यं प्राप्य ब्रह्मणो योगी शाश्वतान्नान्यतां व्रजेत्॥८॥

8. O, rege! Cunoaște această Yoga de la mine
Prin cele ce ți-am spus!
Yoginul obține [izbăvirea] de la eternul *bráhman* –
Nu se poate merge pe altă [cale].

प्रागेवात्मात्मना जेयो योगिनां स हि दुर्जयः।
कुर्वीत तज्जये यत्नं तस्योपायं श्रृणुष्व मे॥९॥

9. Acest sine (*ātman*), fiind greu de dobândit,
Este cucerit de către yogini doar prin sine (*ātman*).
Voința (*yatna*) este calea de a-l cuceri pe acesta.
Ia aminte la mine despre calea acestuia!

प्राणायामैर्दहेद्दोषान्धारणाभिश्च किल्बिषम्।
प्रत्याहारेण विषयान्ध्यानेनानीश्वरान् गुणान्॥१०॥

10. Prin controlul suflurilor (*prāṇāyāma*) sunt arse greșelile (*doṣa*);
Prin retragerea (*pratyāhāra*) [simțurilor] – obiectele simțurilor (*viṣaya*);
Prin concentrare (*dhāraṇā*) – păcatele;
Prin meditație (*dhyāna*) – calitățile (*guṇa*) necontrolate (*anīśvara*).[1]

---

[१]कर्तव्यानाञ्॥ [२]कर्त्तव्यमिति॥ [३]क्षयन्त्वकरणात्तथा॥ [४]शारीरं॥ [५]च॥ [६]ज्ञानं॥

---

1 Totuși se pot înțelege atât cele trei *guṇa* ale lui *prakṛti* cât și cele cinci elemente. Urmărind textul în cea de a doua sa parte (§II.28-32) observăm că prin *guṇa* sunt înțelese cele opt puteri (*siddhi*) ale lui Śiva obținute prin concentrare (*dhāraṇā*).

यथा पर्वतधातूनां [१]दोषा दह्यन्ति धाम्यताम्।
तथेन्द्रियकृता दोषा दह्यन्ते प्राणनिग्रहात्॥ ११ ॥

11. Așa cum impuritățile (*doṣa*) munților de metal
Sunt arse atunci când [aceștia] sunt topiți,
Tot aștfel impuritățile (*doṣa*) acumulate prin inštrumente (*indriya*)[1]
Sunt arse prin controlul suflului (*prāṇa*).

Controlul suflurilor (*prāṇāyāma*)

प्रथमं साधनं कुर्यात्प्राणायामस्य योगवित्।
प्राणापाननिरोधस्तु प्राणायाम उदाहृतः ॥ १२ ॥

12. Mai întâi de toate, cunoscătorul [siștemului] Yoga
Trebuie să practice controlul suflurilor (*prāṇāyāma*).
Prāṇāyāma a foșt descrisă ca fiind
„Controlul «suflului care iese» (*prāṇa*) și a «suflului care coboară» (*apāna*)".

लघुमध्योत्तरीयाख्यः प्राणायामस्त्रिधोदितः।
तस्य प्रमाणं वक्ष्यामि तदलर्क श्रृनुष्व मे॥ १३ ॥

13. Trei tipuri de control al suflurilor (*prāṇāyāma*) au foșt descrise:
Ușoară (*laghu*), intermediară (*madhya*) și superioară (*uttama*).
Alarka! ascultă-mă pe mine, îți voi descrie [acum]
Metoda prin care [*prāṇāyāma*] poate fi măsurată/cunoscută.

लघुर्द्वादशमात्रस्तु द्विगुणः स तु मध्यमः।
त्रिगुणाभिस्तु मात्राभिरुत्तमः परिकीर्त्तितः ॥ १४ ॥

14. Cea ușoară (*laghu*) ešte [timp] de douăsprezece more (*mātrā*);
Cea intermediară (*madhya*) ešte [timp] de două ori mai mult (24 *mātrā*);
Cea superioară (*uttama*) ešte [timp] de trei ori mai mult (36 *mātrā*);
Aștfel au foșt descrise [cele trei tipuri de *prāṇāyāma*].[2]

निमेषोन्मेषणे मात्राकालो[२] लघ्वक्षरस्तथा।
प्राणायामस्य संख्यार्थं स्मृतो द्वादशमात्रिकः ॥ १५ ॥

15. Timpul unei more (*mātrā*) ešte durata
Închiderii și a deschiderii [ochilor, care ešte] de două *truṭi*,
Iar numărul total al [duratei] controlului suflurilor (*prāṇāyāma*)
Ešte amintit ca fiind de douăsprezece more.

---

[१]ध्मातानां दह्यते मलम्॥ [२]मात्रा कालः॥

---

1 *Indriya*: aparținând zeului Indra; putere, forță; facultate senzorială, simț, organ de simț; inštrument/organ de cunoaștere (*buddhi/jñāna*) sau de acțiune (*karman*). În cele mai multe cazuri am preferat redarea termenului prin „inštrument" pentru a sublinia rolul său inštrumental pentru „eul empiric" (*ahaṁkāra*).

2 *V. LP* 1.8.47-48.

प्रथमेन जयेत्स्वेदं मध्यमेन च वेपथुम्।
विषादं हि तृतीयेन जयेद्दोषाननुक्रमात्॥ १६ ॥

16. Prin prima (*i.e. laghu*) trebuie să obțină transpirația,
Prin cea intermediară (*madhya*) tremuratul,
Iar prin cea de a treia (*i.e. uttama*) insensibilitatea –
Astfel sunt dobândite în ordine efectele secundare (*doṣa*).

मृदुत्वं सेव्यमानास्तु सिंहशार्दूलकुञ्जराः।
यथा यान्ति तथा प्राणो वश्यो भवति योगिनः॥ १७॥

17. Așa cum leul, tigrul ori elefantul
Care sunt îngrijiți dobândesc blândețea,
Tot astfel și suflul (*prāṇa*)
Care se află sub puterea yoginului.

वश्यं मत्तं यथेच्छातो नागं नयति हस्तिपः।
तथैव योगी स्वच्छन्दः[1] प्राणं नयति साधितम्॥ १८॥

18. Așa cum conducătorul elefantului mână
Elefantul înnebunit (*matta*) [după propria-i] dorință,
Tot astfel yoginul controlează suflul (*prāṇa*)
Cu succes și la propria-i voință.

यथा हि साधितः सिंहो मृगान् हस्ति[2] न मानवान्।
तद्वन्निषिद्धपवनः किल्बिषं न नृणां तनुम्॥ १९॥

19. Așa cum leul domesticit
Omoară antilope dar nu și oameni;
Tot astfel suflul (*pavana*) controlat
Boala dar nu și trupul oamenilor.

तस्माद्युक्तः सदा योगी प्राणायामपरो भवेत्।
श्रूयतां मुक्तिफलदं तस्यावस्थाचतुष्टयम्॥ २०॥

20. De aceea yoginul trebuie să practice întotdeauna
Supremul control al suflurilor (*prāṇāyāma*).
Ia aminte! Împătrita stare a acesteia este
Dăruitoarea fructului izbăvirii (*mukti*).

ध्वस्तिः प्राप्तिस्तथा संवित्प्रसादश्च महीपते।
स्वरूपं शृणु चैतेषां कथ्यमानमनुक्रमात्॥ २१॥

21. Mare Stăpân! [acestea sunt:] încetarea (*dhvasti*),
Dobândirea (*prāpti*), realizarea (*saṁvid*) și strălucirea (*prasāda*).
Ascultă, după cum urmează, noțiunile
Care merită să fie amintite despre natura acestora.

---

[1] सच्छन्दः। छन्देन॥ [2] हन्ति॥

कर्मणामिष्टदुष्टानां जायते फलसंक्षयः।
चेतसोऽपकषायत्वं यत्र सा ध्वस्तिरुच्यते॥२२॥

22. Atunci când are loc distrugerea totală
A consecințelor acțiunilor – bune|rele (*iṣṭa*|*duṣṭa*),
Acea starea de puritate a conștiinței (*cetas*),
A fost descrisă ca fiind „încetarea” (*dhvasti*).

ऐहिकामुष्मिकान्कामाँल्लोभमोहात्मकान्स्वयम्।
निरुध्यास्ते यदा[१] योगी प्राप्तिः सा सार्वकालिकी॥२३॥

23. „Dobândirea” (*prāpti*) este acea [stare] eternă în care se află yoginul
Atunci când propriile dorințe, alcătuite din aviditate și ignoranță,
Aparținând acestei lumi cât și a celeilalte,
Au fost oprite.

अतीतानागतानर्थान्विप्रकृष्टतिरोहितान्।
विजानातीन्दुसूर्यर्क्षग्रहाणां ज्ञानसंपदा॥२४॥

24. Cunoașterea înțelesului trecutului și al viitorului,
[Care altfel] este pe de-a-ntregul întunecat,
Este prin perfecționarea cunoașterii asupra
Lunii, Soarelui, Pleiadelor (Ṛkṣa) și a Stelei Polare (Graha).[1]

तुल्यप्रभावस्तु सदा[२] योगी प्राप्नोति संपदम्[३]।
तदा संविदिति ख्याता प्राणायामस्य संस्थितिः[४]॥२५॥

25. Atunci când yoginul obține
O putere perfect echilibrată [a Lunii și Soarelui],
Acea stare a controlului suflurilor (*prāṇāyāma*)
A fost descrisă ca fiind „realizarea” (*saṁvid*).

यान्ति प्रसादं येनास्य मनः पञ्च च वायवः।
इन्द्रियाणीन्द्रियार्थाश्च स प्रसाद इति स्मृतः॥२६॥

26. Aceea prin care a sa minte (*manas*), cele cinci sufluri (*vāyu*),
Simțurile (*indriya*) și obiectele simțurilor
Devin strălucitoare/calme (*prasāda*)
A fost descrisă ca fiind „strălucirea” (*prasāda*).

शृणुष्व च महीपाल प्राणायामस्य लक्षणम्।
युञ्जतश्च सदा योगं यादृग्विहितमासनम्॥२७॥

27. Iar acum, mărite rege,
Ascultă despre caracteristica controlului suflurilor (*prāṇāyāma*)!
Trebuie practicată întotdeauna întocmai cum a fost prescrisă,
Împreună cu postura (*āsana*).

---

[१] सदा॥ [२] यदा॥ [३] संविदम्॥ [४] सा स्थितिः॥

---

1 *Cf. Ysū* III.27-29.

पद्ममर्द्धासनञ्चापि तथा स्वस्तिकमासनम्।
आस्थाय योगं युञ्जीत कृत्वा च प्रणवं हृदि॥२८॥

28. Făcând *praṇava* (AUṀ) în inimă trebuie să practice Yoga
Aflându-se în postura lotusului (*padma-āsana*),
În postura jumătății (*arddha-āsana*[1]) [de lotus]
Ori în postura prosperității (*svastika-āsana*).

Postura lotusului (*padma-āsana*)[2]

समः समासनो भूत्वा संहृत्य चरणावुभौ।
संवृतास्यस्तथैवोरू संयग्विष्टभ्य चाग्रतः॥२९॥

29. Cel care stă așezat – având [spatele] drept,
Având picioarele aduse împreună,
Având de asemenea gura închisă,
Având [tălpile] presate ferm pe coapse, în față –

पार्ष्णिभ्यां लिङ्गवृषणावस्पृशन्प्रयतः स्थितः।
किञ्चिदुन्नमितशिरा[१] दन्तैर्दन्तान्न संस्पृशेत्।
संपश्यन्नासिकाग्रं स्वं दिशश्चानवलोकयन्॥३०॥

30. Cel ce stă astfel auto-controlat,
Călcâiele nu trebuie să atingă penisul ori testiculele;
Capul trebuie să fie ușor ridicat, iar
Dinții [inferiori] nu trebuie să atingă dinții [superiori];
Privind la vârful propriului nas
Nu trebuie să mai privească în [alte] direcții.

रजसा तमसो वृत्तिं सत्त्वेन रजसस्तथा।
सञ्छाद्य निर्मले तत्त्वे[२] स्थितो युञ्जीत योगवित्॥३१॥

31. Caracterul *tamas* este [îndepărtat] prin *rajas*,
Iar *rajas* [este îndepărtat] prin *sattva*.
Fiind astfel învelit pe deplin în realul (*tattva*) fără de pată (*nirmala*)
Cunoscătorul [sistemului] Yoga poate să practice *yoga*.

इन्द्रियाणीन्द्रियार्थेभ्यः प्राणादीन्मन एव च।
निगृह्य समवायेन प्रत्याहारमुपक्रमेत्॥३२॥

32. Trebuie să recurgă la retragerea (*pratyāhāra*) [simțurilor]
Printr-o restrângere (*nigṛhya*) împreună
A simțurilor (*indriya*) cu obiectele simțurilor,
A „suflului care iese” (*prāṇa*) etc. și, desigur, și a minții (*manas*).

---

[१] उन्नामितशिरा॥ [२] सत्त्वे॥

---

1 Textul lasă de-nțeles că ar fi *ardhapadmāsana*, deși la XXXIX.30 este descrisă doar *padmāsana*.

2 Cf. *GhS* IV.12-18.

यस्तु प्रत्याहरेत्कामान्सर्वाङ्गानीव कच्छपः।
सदात्मरतिरेकस्थः पश्यत्यात्मानमात्मनि॥ ३३॥

33. Cel care își restrânge dorințele
Precum broasca țestoasă toate membrele,
Stând singur și întotdeauna fericit în sine (*ātman*) –
Vede sinele (*ātman*) în sine (*ātman*).[1]

स बाह्याभ्यन्तरं शौचं निष्पाद्याकण्ठनाभितः।
पूरयित्वा बुधो देहं प्रत्याहारमुपक्रमेत्॥ ३४॥

34. Acela, pur atât pe dinafară cât și pe dinăuntru,
De la ombilic până la gât
Umplând trupul [cu suflu (*prāṇa*)],
Trebuie să facă retragerea (*pratyāhāra*) [simțurilor].

प्राणायामाः दश द्वौ च धारणा साऽभिधीयते।
द्वे धारणे स्मृते योगे योगिभिस्तत्त्वदृष्टिभिः॥ ३५॥

35. Acea concentrare (*dhāraṇā*) este cunoscută
Ca fiind [alcătuită din] douăsprezece *prāṇāyāma*.
În Yoga sunt prescrise două [tipuri] de concentrare (*dhāraṇā*)
De către yoginii care percep realul (*tattva*).

तथा वै योगयुक्तस्य योगिनो नियतात्मनः।
सर्वे दोषाः प्रणश्यन्ति स्वस्थश्चैवोपजायते॥ ३६॥

36. Astfel, pentru yoginul
Care practică Yoga și care este autocontrolat,
Cu adevărat toate deficiențele (*doṣa*) dispar –
Având drept [rezultat] șederea în sine (*svastha*).

वीक्षते च परं ब्रह्म प्राकृतांश्च गुणान्पृथक्।
व्योमादिपरमाणूंश्च[१] तथात्मानमकल्मषम्॥ ३७॥

37. Îl privește pe supremul *bráhman*,
Apoi una câte una, calitățile (*guṇa*) lui *prakṛti*,
Apoi atomul (*paramāṇu*) de eter (*vyoman*) etc.,
La fel și pe sinele (*ātman*) cel fără de pată.

इत्थं योगी यताहारः प्राणायामपरायणः।
जितां जितां शनैर्भूमिमारोहेत यथा गृहम्॥ ३८॥

38. Astfel, yoginul care are drept scop controlul suflurilor (*prāṇāyāma*)
Trebuie să fie moderat în privința hranei;
Așa cum trebuie să fie ridicată o casă,
Pământul (*bhūmi*) este cucerit treptat și cu grijă.

[१] अणूंश्च॥

1 Var.: „Vede sinele (*ātman*) în trup (*ātman*)."

दोषान्व्याधींस्तथा मोहमाक्रान्ता भूरनिर्जिता।
विवर्द्धयति[1] नारोहेत्तस्माद्भूमिमनिर्जिताम्॥३९॥

39. Pământul nu poate fi cucerit dacă este posedat
De confuzie (*moha*), boli (*vyadhi*) și alte defecte (*doṣa*);
Iar dacă pământul nu este cucerit,
Nu poate fi ridicat.

प्राणानामुपसंरोधात्प्राणायाम इति स्मृतः।
धारणेत्युच्यते चेयं धार्यते यन्मनो यया॥४०॥

40. Controlul suflurilor (*prāṇāyāma*) a fost descris
Ca fiind oprirea deplină a suflurilor (*prāṇa*);
Concentrarea (*dhāraṇā*) a fost descrisă
Ca fiind aceea prin care mintea (*manas*) este ținută;

शब्दादिभ्यः प्रवृत्तानि यदक्षाणि[2] यतात्मभिः।
प्रत्याह्रियन्ते योगेन प्रत्याहारस्ततः स्मृतः॥४१॥

41. Aceste simțuri, prin ele însele
Ieșite din sunet (*śabda*) etc.,
Sunt făcute să se restrângă prin [practica] Yoga –
De aceea a fost amintită drept retragerea (*pratyāhāra*) [simțurilor].

उपायश्चात्र कथितो योगिभिः परमर्षिभिः।
येन व्याध्यादयो दोषा न जायन्ते हि योगिनः॥४२॥

42. Iar calea descrisă aici
De către yoginii vizionari (*ṛṣi*),
Prin această neajunsuri (*doṣa*) precum bolile (*vyādhi*) etc.,
Nu mai apar pentru yogin:

यथा तोयार्थिनस्तोयं यन्त्रनालादिभिः शनैः।
आपिबेयुस्तथा वायुं पिबेद्योगी जितश्रमः॥४३॥

43. Așa cum cel care dorește apă, soarbe ușor
Printr-un instrument tubular,
Tot astfel yoginul care [dorește] să învingă oboseala
Trebuie să bea suflul (*vāyu*).

प्राङ्नाभ्यां हृदये चात्र[3] तृतीये च तथोरसि।
कण्ठे मुखे नासिकाग्रे नेत्रभ्रूमध्यमूर्द्धसु॥४४॥

44. La început în ombilic (*nābhi*), iar apoi în inimă (*hṛdaya*),
Al treilea în piept (*uras*), apoi în gât (*kaṇṭha*),
În gură (*mukha*), în vârful nasului (*nāsikāgra*),
În ochi (*netra*), între sprâncene (*bhrūmadhya*) și în cap (*mūrdhan*);

[1] विवर्धयति॥ [2] अक्षानि॥ [3] चाथ॥

किञ्च तस्मात्परस्मिंश्च धारणा परमा स्मृता।
दशैता धारणाः प्राप्य प्राप्नोत्यक्षरसाम्यताम्॥४५॥

45. Mai mult, suprema concentrare (*dhāraṇā*) este descrisă
Ca fiind în supremul [*bráhman*] –
Realizând cele zece concentrări (*dhāraṇā*),
Obține starea de identitate cu „nepieritorul" (*akṣara*).

तस्य नो जायते मृत्युर्न जरा न च वै क्लमः।
न श्रान्तिरवसादोऽथ तुरीये सततं स्थितिः॥४६॥

46. Pentru acesta nu există moarte (*mṛtyu*),
Nici bătrânețe (*jarā*), și desigur nici oboseală,
Epuizare ori cădere (*avasāda*) –
Căci necontenit se află în cea de a patra [stare].

इयं वै योगभूमिः स्यात्सप्तैव परिकीर्त्तिता।
यत्र स्थिते ब्रह्मस्थितिं लभते नात्र संशयः॥४७॥

47. Cu adevărat s-a spus că
Aceste etape sunt șapte [la număr][1].
Aici nu există nici o îndoială că, aflându-se acolo,
Obține starea lui *bráhman*.

नाध्मातः क्षुधितः श्रान्तो न च व्याकुलचेतनः।
युञ्जीत योगं राजेन्द्र योगी सिद्ध्यर्थमादृतः॥४८॥

48. O, mare rege stabilit în practica Yoga!
Yoginul care este atent întru obținerea [stării de *yoga*]
Nu este umflat (îmbuibat), înfometat, vlăguit
Și nici cu mintea agitată.[2]

नातिशीते न चोष्णे वै न १द्वन्द्वेनानिलात्मके।
कालेष्वेतेषु युञ्जीत न योगं ध्यानतत्परः॥४९॥

49. Cel devotat meditației (*dhyāna*)
Nu trebuie să practice Yoga în acele momente
În care suflul este alcătuit din perechea de contrarii [rece|cald],
Nici când este prea rece, nici când este [prea] fierbinte,

१द्वन्द्वे ना॥

1 Dintre cele opt părți (*aṣṭāṅga*) ale sistemului Yoga, contemplarea (*sāmadhi*) nu este luată în considerare datorită absenței eului empiric (*ahaṁkāra*), fiind o stare „pasivă".

2 *Cf. BhG* VI.16-18: „*Yoga* nu este pentru cel care mănâncă prea mult, nici pentru cel care nu mănâncă deloc, nici pentru cel care doarme prea mult și nici pentru cel [mereu] treaz, o Arjuna. Yoga care distruge suferința este pentru cel cumpănit în hrană și zăbavă, cumpănit în gesturi și în fapte, cumpănit în somn și veghe. Când gândirea, stăpânită, fără dorinți, eliberată de toate pasiunile, se fixează în Sine, atunci se spune că omul este unit [în *yoga*]."

सशब्दाग्निजलाभ्यासे जीर्णगोष्ठे चतुष्पथे।
शुष्कपर्णचये नद्यां श्मशाने ससरीसृपे॥५०॥

50. În apropierea [manifestării] zgomotoase a focului și apei,
Într-un grajd vechi, la [intersecția] a patru drumuri,
Pe o grămadă de frunze uscate, lângă un râu,
Într-un crematoriu, lângă [un loc] cu șerpi,

सभये कूपतीरे वा चैत्यवल्मीकसञ्चये।
देशेष्वेतेषु तत्त्वज्ञो योगाभ्यासं विवर्जयेत्॥५१॥

51. Într-un [loc] periculos sau la intrarea unei peșteri,
Pe o movilă funerară sau făcută de furnici/cârtițe –
În astfel de locuri, cunoscătorul realului (*tattva*)
Trebuie să renunțe la practica Yoga.

सत्त्वस्यानुपपत्तौ च देशकालं विवर्जयेत्।
नासतो दर्शनं योगे तस्मात्तत्परिवर्जयेत्॥५२॥

52. Dacă nu realizează [starea de] puritate (*sattva*),
Trebuie să renunțe la acel loc și [la acel] moment.
Din cauza absenței percepție [locului potrivit pentru] Yoga
Trebuie să umble pentru [a-l găsi] acesta.

दृळ्हता चित्तशुद्धिश्च जायते नात्र संशयः।
स्थानकालप्रभावेण निश्चयं विद्धि भूमिप।
तन्मयस्य कुतश्चिन्ता देशकालमयी तथा॥५३॥

53. — O, rege! Cunoaște cu certitudine că
Într-un moment și loc [potrivit]
Mintea pură și stabilă învinge –
Iar aici nu există niciun dubiu.
Unde este tulburarea cu privire la timp și spațiu
Pentru cel absorbit în „acesta” (*tat*)?

[१]देशानेताननादृत्य मूढत्वाद्यो युनक्ति वै।
विघ्नाय तस्य वै दोषा जायन्ते तन्निबोध मे॥५४॥

54. Află aceasta de la mine:
Ne-ținând cont de acele locuri din cauza prostiei (*mūḍha*),
Acela practică [Yoga și] astfel iau naștere
Defectele (*doṣa*), [cauzele] obstacolului [mântuirii].

बाधिर्यं जडता लोपः स्मृतेर्मूकत्वमन्धता।
ज्वरश्च जायते सद्यस्तत्तदज्ञानयोगिनः॥५५॥

55. Surzenia (*bādhirya*), apatia (*jaḍatā*), uitarea (*smṛti-lopa*),
Muțenia (*mūkatva*), orbirea (*andhatā*) și febra (*jvara*) –
Toate acestea apar negreșit
Pentru yoginul ignorant.

[१]दोषाने॥

प्रमादाद्योगिनो दोषा यद्येते स्युश्चिकित्सितम्।
तेषां नाशाय कर्त्तव्यं योगिनां तन्निबोध मे॥५६॥

56. Cunoaște aceasta de la mine:
Dacă apar pentru yogin defectele (*doṣa*)
Ca o urmare a neglijenței [locului & timpului], acestea pot fi tămăduite,
Obligația yoginilor va fi distrugerea acestora.

स्निग्धां यवागूमत्युष्णां भुक्त्वा तत्रैव धारयेत्।
वातगुल्मप्रशान्त्यर्थमुदावर्त्ते तथोदरे॥५७॥

57. O fiertură onctuoasă și foarte fierbinte de orez (*yavāgū*)
Mâncând, trebuie s-o țină acolo [în stomac] –
Scopul acesteia fiind îndepărtarea bolii de splină (*vāta-gulma*).
Tot așa și pentru bolile de intestin (*udāvarta*) [trebuie ținută] în intestine.

यवागूं वाऽपि पवनं वायुग्रन्थिं प्रतिक्षिपेत्।
तद्वत्कम्पे[१] महाशैलं स्थिरं मनसि धारयेत्॥५८॥

58. Sau, asemenea fierturii de orez,
Suflul (*pavana*) trebuie „aruncat în nodul suflului” (*vāyu-granthi*).
Asemănător, atunci când tremură, un mare munte
Trebuie ținut fără clintire în minte (*manas*).

विघाते वचसो[२] वाचं बाधिर्यै[३] श्रवणेन्द्रियम्।
यथैवाम्रफलं ध्यायेत्तृष्णार्त्तो रसनेन्द्रिये[४] ॥५९॥

59. În cazul blocării vorbirii [trebuie să mediteze] asupra cuvântului (*vāc*),
În cazul surzeniei [trebuie să mediteze] asupra organului auzului (urechea),
Tot astfel, cel care suferă de sete trebuie să mediteze
Asupra fructului de mango ca fiind situat pe organul gustului (limba).

यस्मिन्यस्मिन्रुजा देहे तस्मिंस्तदुपकारिणीम्।
धारयेद्धारणामुष्णे शीतां शीते च दाहिनीम्॥६०॥

60. Când în trup apare boala (*rujā*),
Remediul este: trebuie să țină concentrarea (*dhāraṇā*)
Asupra a ceea ce este rece atunci când este fierbinte
Și asupra a ceea ce arde atunci când este frig.

कीलं शिरसि संस्थाप्य काष्ठं काष्ठेन ताडयेत्।
लुप्तस्मृतेः स्मृतिः सद्यो योगिनस्तेन जायते॥६१॥

61. Fiind puse împreună, țărușul în craniu (*i.e. ajña*),
Lemnul se lovește cu [un alt] lemn –
Prin aceasta memoria yoginului,
Memorie care a fost pierdută, este [re]generată imediat.

---

[१]कल्पे॥ [२]वचनो॥ [३]बाधिर्यम्॥ [४]रसनेन्द्रियम्॥

द्यावापृथिव्यौ वाय्वग्नी व्यापिनावपि धारयेत्।
अमानुषात्सत्त्वजाद्वा[१] बाधास्त्वेताश्चिकित्सिताः[२] ॥६२॥

62. Trebuie să se concentreze ca fiind atotpătrunzătoare
Asupra cerului și a pământului, asupra vântului și a focului;
Sau din acea stare pură (*sattva*) divină
Acele obstacole/afecțiuni au fost tămăduite.

अमानुषं सत्त्वमन्तर्योगिनं प्रविशेद्यदि।
[३]वाय्वग्निधारणेनैनं देहसंस्थं विनिर्दहेत्[४] ॥६३॥

63. Dacă este dobândită starea yoginului,
Interioară, pură (*sattva*) și divină,
Prin acea concentrare a suflului și focului,
Cel/ceea ce stă în trup trebuie ars pe deplin.

एवं सर्वात्मना रक्षा कार्या[५] योगविदा नृप।
धर्मार्थकाममोक्षाणां शरीरं साधनं यतः॥६४॥

64. O, rege! Astfel, de către cunoscătorul [sistemului] Yoga,
Trebuie realizată protejarea pe deplin [a trupului],
Deoarece trupul este calea dobândirii [celor patru:]
Dreptate (*dharma*), prosperitate (*artha*), dorință (*kāma*) & mântuire (*mokṣa*).

प्रवृत्तिलक्षणाख्यानाद्योगिनो विस्मयात्तथा।
विज्ञानं विलयं याति तस्माद्गोप्याः प्रवृत्तयः॥६५॥

65. Din comunicarea rezultatelor activității (*pravṛtti*) –
Dintr-un orgoliu al yoginului –
Apare distrugerea cunoașterii (*vijñāna*) –
Din acest motiv activitățile [Yoga] sunt secrete.

[६]अलोल्यमारोग्यमनिष्ठुरत्वं गन्धः शुभो मूत्रपुरीषमल्पम्।
कान्तिः प्रसादः स्वरसौम्यता[७] च योगप्रवृत्तेः प्रथमं हि चिह्नम्॥६६॥

66. Primele rezultate ale practicii Yoga sunt:
Stabilitatea, sănătatea, blândețea,
Urină și excremente puține, miros plăcut,
Frumusețe, calm și glas plăcut.

अनुरागी[८] जनो याति परोक्षे गुणकीर्तनम्।
न बिभ्यति च सत्त्वानि सिद्धेर्लक्षणमुत्तमम्॥६७॥

67. Omul devotat [practicii Yoga] purcede la
Descrierea calităților (*guṇa*) într-un mod indirect;
Iar faptul că nu produce înfricoșare viețuitoarelor
Este cel mai mare semn al desăvârșirii (*siddhi*).

---

[१]सस्त्वजाद्वा॥ [२]बाधास्त्विति चिकित्सितम्॥ [३]वाय्वग्निं धा॥ [४]विनिर्द्दहेत॥ [५]कार्य॥ [६]आलोल्यम्। अलौल्य॥
[७]स्वरसोम्यता॥ [८]अनुरागं॥

शीतोष्णादिभिरत्युग्रैर्यस्य बाधा न विद्यते।
न भीतिमेति चान्येभ्यस्तस्य सिद्धिरुपस्थिता॥ ६८॥

68. Pentru cel pentru care nu există obstacole
Prin frigul, căldura etc. extrem de insuportabile,
Și nici frică prin altele –
Pentru acela desăvârșirea (*siddhi*) este dobândită.

॥ इति योगाध्यायः॥

Acesta a fost capitolul despre Yoga

XL
Desăvârșirea yoginului
(*yogisiddhi*)

दत्तात्रेय उवाच
उपसर्गाः प्रवर्तन्ते दृष्टे ह्यात्मनि योगिनः।
ये तांस्ते संप्रवक्ष्यामि समासेन निबोध मे॥ १॥

1. Dattātreya a spus:
— Problemele (*upasarga*) care se manifestă,
Observate în sinele (*ātman*) yoginului,
Acestea ți le voi descrie pe deplin – află de la mine!

काम्याः क्रियास्तथा कामान्मानुषानभिवाञ्छति।
स्त्रियो दानफलं विद्यां मायां कुप्यं धनं दिवम्॥ २॥

2. Astfel, acțiunile făcute din dorință [sunt atunci când]
Tânjește după dorințele (*kāma*) umane:
Femei (*strī*), rezultatul ofrandelor, erudiție (*vidyā*),
Magie (*māyā*), metal (*kupya*), bogăție (*dhana*), rai (*diva*),

देवत्वममरेशत्वं रसायनचयाः[1] क्रियाः[2]।
मरुत्प्रपतनं यज्ञं जलाग्न्यावेशनं तथा।
श्राद्धानां सर्वदानानां फलानि नियमांस्तथा॥ ३॥

3. Divinitatea (*devatva*), supremația asupra zeilor (*amareśatva*),
Acțiunile elixirurilor miraculoase (*rasāyana*),
Sacrificiul (*yajña*) [de sine] prin aruncarea în gol [de pe o stâncă]
Și, de asemenea, imersiunea în apă ori foc,
De asemenea și rezultatele prescrise (*niyama*)
Ale tuturor ofrandelor [din cadrul cermoniei] *śrāddha*,

तथोपवासात्पूर्त्ताच्च देवताभ्यर्च्चनादपि।
तेभ्यस्तेभ्यश्च कर्मभ्य उपसृष्टोऽभिवाञ्छति॥ ४॥

4. De asemenea [ale celor] din postire, din buna făptuire
Și din adorarea [propriei] divinități –
Pentru toate aceste activități (*karman*)
Tânjește cel tulburat.

चित्तमित्थं वर्तमानं यत्नाद्योगी निवर्त्तयेत्।
ब्रह्मसङ्गिमनः कुर्वन्नुपसर्गात्प्रमुच्यते॥ ५॥

5. De aceea psihicul (*citta*) care se mișcă (*vṛtti*)
Trebuie oprit (*nivṛt*) cu mare atenție de yogin;
Mintea (*manas*) care a fost unită cu *bráhman*
Este eliberată de probleme (*upasarga*).

---

[1] रसायनच्चयः। रसायनवयः॥ [2] क्रियाम्॥

उपसर्गैर्जितैरेभिरुपसर्गास्ततः पुनः।
योगिनः संप्रवर्तन्ते सात्त्वराजसतामसाः ॥६॥

6. Prin învingerea acestor probleme (*upasarga*)
Apar din nou pentru yogin problemele (*upasarga*)
[De natura celor trei *guṇa*:]
Sattva, *rajas* și *tamas*.

प्रातिभः श्रावणो दैवो भ्रमावर्तौ तथापरौ।
पञ्चैते योगिनां योगविघ्नाय कटुकोदयाः ॥७॥

7. Intuiția (*prātibha*), ascultarea (*śrāvaṇa*), divinația (*daiva*),
Pribegirea/confuzia (*bhrama*) și ruminația (*āvarta*) –
Sunt ale yoginilor cele cinci obstacole pentru *yoga*
Ce duc la consecințe negative.

वेदार्थाः काव्यशास्त्रार्थाः विद्याशिल्पान्यशेषतः।
प्रतिभान्ति यदस्येति प्रातिभः स तु योगिनः ॥८॥

8. „Înțelesurile *Vedelor*, înțelesurile tratatelor poetice
Și toate științele aplicate (*vidyā-śilpa*)
Strălucesc pentru acesta” –
Aceasta este a yoginului „intuiție” (*prātibha*).

शब्दार्थानखिलान्वेत्ति शब्दं गृह्णाति चैव यत्।
योजनानां सहस्रेभ्यः श्रावणः सोऽभिधीयते ॥९॥

9. Cunoaște toate sensurile cuvintelor (*śabda*[1]),
„Apucând” acest cuvânt (*śabda*) chiar și
De la mii de *yojana* –
Aceasta a fost numită „ascultarea” (*śrāvaṇa*).

समन्ताद्वीक्षते चाष्टौ स यदा देवतोपमः[१]।
उपसर्गं तमप्याहुर्दैवमुन्मत्तवद्बुधाः ॥१०॥

10. Atunci când această divinitate supremă
Este percepută pretutindeni în cele opt [direcții],
Această problemă (*upasarga*) este numită „divinația” (*daiva*)
De către înțelepții-asemenea-nebunilor (*unmattavad-budha*).

भ्राम्यते यन्निरालम्बं मनो दोषेण योगिनः।
[२]समस्ताचारविभ्रंशाद्भ्रमः स परिकीर्तितः ॥११॥

11. Prin deficiență (*doṣa*) mintea (*manas*) yoginului,
Din cauza întregului său comportament depravat,
Hoinărește fără de suport (*nirālamba*) –
Această [stare] este numită „pribegirea”/„confuzia” (*bhrama*).

---

[१]देवयोनयः ॥ [२]समस्ताराविभ्रंशाद् ॥

---

1 *I.e.* cunoaște toate graiurile, inclusiv ale animalelor.

आवर्त इव तोयस्य ज्ञानावर्त्तौ यदाकुलः ।
नाशयेच्चित्तमावर्त उपसर्गः स उच्यते ॥ १२ ॥

12. Acea confuzie, „răsucită cunoaștere” (*jñāna-āvarta*)
Aidoma vârtejului (*āvarta*) apei,
Distruge psihicul (*citta*) –
Această problemă (*upasarga*) este numită „ruminația” (*āvarta*).

एतैर्नाशितयोगास्तु सकला देवयोनयः ।
उपसर्गैर्महाघोरैरावर्तन्ते पुनः पुनः ॥ १३ ॥

13. [Practicile] Yoga, care sunt pe de-a-ntregul de origine divină,
Sunt distruse de aceste [probleme (*upasarga*).
Din cauza] acestor probleme foarte puternice
[Yoginii] se învârtesc din nou și din nou [în *saṁsāra*].

प्रावृत्य कम्बलं शुक्लं[१] योगी तस्मान्मनोमयम् ।
शरीरमण्डले दृष्ट्वा गुरुज्ञानं ततो हि यत ॥ १४ ॥

14. De aceea yoginul, învelit fiind
Cu o pătură de lână strălucitoare de natură mentală (*manomaya*),
Văzând după aceea în tot corpul (*śarīra*)
Cunoașterea maestrului (*guru*) –

ज्ञानपूर्वोऽपि यो योगो ज्ञातव्यो वै विपश्चिता ।
चिन्तयेत्परमं ब्रह्म कृत्वा तत्प्रवणं मनः ॥ १५ ॥

15. Fiind desigur acea Yoga precedată de cunoaștere (*jñāna*)
Ce trebuie cunoscută de către înțelept –
Trebuie să mediteze la supremul *bráhman*
Făcând mintea (*manas*) să fie plină cu acesta (*bráhman*).

योगयुक्तः सदा योगी लघ्वाहारो जितेन्द्रियः ।
सूक्ष्मास्तु धारणाः सप्त भूराद्या मूर्ध्नि[२] धारयेत् ॥ १६ ॥

16. Yoginul care practică întotdeauna Yoga,
Care mănâncă ușor și care și-a supus simțurile,
Trebuie să facă cele șapte tipuri de concentrare (*dhāraṇā*) subtile
Începând cu pământul (*i.e. mūlādhāra*) și sfârșind cu capul (*i.e. sahasrāra*).

धरित्रीं धारयेद्योगी तत्सौक्ष्म्यं[३] प्रतिपद्यते ।
आत्मानं मन्यते चोर्वीं तद्गन्धञ्च[४] जहाति सः ॥ १७ ॥

17. Yoginul trebuie să se concentreze asupra „celui ce susține” (*i.e.* pământul) –
Subtilitatea[1] acestuia fiind dobândită.
Considerându-l pe „cel întins” (*i.e.* pământul) ca fiind sinele (*ātman*),
El îndepărtează legătura acestuia.

---

[१] शुल्कम् ॥ [२] मुर्द्धि ॥ [३] तत्सौख्यम् ॥ [४] तद्गन्धं च ॥

---

1 Var. n. ३: „Bunăstarea/Fericirea (*saukhya*)”.

तथैवाप्सु रसं सूक्ष्मं तद्वद्रूपञ्च तेजसि।
स्पर्शं वायौ तथा तद्वद्बिभ्रतस्तस्य धारणाम्।
व्योम्नः सूक्ष्मां प्रवृत्तिञ्च शब्दं तद्वज्जहाति सः॥१८॥

18. Tot aștfel, guștul (*rasa*) ește [partea] subtilă în apă (*ap*),
Tot aștfel și forma (*rūpa*) ește [partea subtilă] în foc (*tejas*),
Atingerea (*sparśa*) ește [partea subtilă] în aer (*vāyu*) –
Aștfel ește concentrarea (*dhāraṇā*) celui ce[-o] susține –
Sunetul (*śabda*) ește manifeștarea subtilă a eterului (*vyoman*) –
În aceșt fel el îndepărtează [legăturile cu elementele].

मनसा सर्वभूतानां मनस्याविशते यदा।
मानसीं धारणां बिभ्रन्मनः सूक्ष्मञ्च जायते॥१९॥

19. Atunci când pătrunde cu mintea (*manas*)
În mintea (*manas*) tuturor elementelor (*bhūta*),
Concentrarea (*dhāraṇā*) fiind mentală (*mānasī*),
Mintea susținătoare (*bibhrat-manas*) devine aștfel subtilă (*sukṣma*).

तद्वद्बुद्धिमशेषाणां सत्त्वानामेत्य योगवित्।
परित्यजति संप्राप्य [१]बुद्धिसौक्ष्म्यमनुत्तमम्॥२०॥

20. Aștfel, cunoscătorul [siștemului] Yoga –
Fiind intrat în intelectul (*buddhi*) tuturor elementelor (*sattva*)
Și obținând pe deplin cea mai înaltă subtilitate a intelectului (*buddhi*) –
Abandonează [cele șapte concentrări (*dhāraṇā*)].

परित्यजति सूक्ष्माणि सप्त त्वेतानि योगवित्।
संयग्विज्ञाय योऽलर्क तस्यावृत्तिर्न विद्यते॥२१॥

21. O, Alarka! Acel cunoscător al [siștemului] Yoga,
Cunoscându-le pe deplin,
Renunță la acește șapte [concentrări (*dhāraṇā*)] subtile –
Pentru el nu mai exiștă reîntoarcere [în *saṁsāra*].

एतासां धारणानान्तु सप्तानां [२]सौक्ष्म्यमात्मवान्।
दृष्ट्वा दृष्ट्वा ततः सिद्धिं त्यक्त्वा त्यक्त्वा परं[३] व्रजेत्॥२२॥

22. Cel știpân pe sine (*ātmavat*),
Văzând subtilitatea aceștor șapte concentrări (*dhāraṇā*)
Și lepădând puterile (*siddhi*) [obținute],
Dobândește [știarea] supremă (*para*).

यस्मिन्यस्मिंश्च कुरुते भूते रागं महीपते।
तस्मिंस्तस्मिंसमासक्तिं संप्राप्य स विनश्यति॥२३॥

23. O, rege! Atunci când el află împătimire (*rāga*)
În [unirea cu] acel element (*bhūta*),
El va fi diștrus din cauza
Atașamentului obținut [față de puterea (*siddhi*) rezultată].

[१]बुद्धिसौक्ष्मम्। बुद्धिसौक्ष्म्यनुत्तमम्॥ [२]सौक्ष्ममात्मवान्॥ [३]परां॥

तस्माद्विदित्वा सूक्ष्माणि संसक्तानि परस्परम्।
परित्यजति यो देही स परं प्राप्नुयात्पदम्॥२४॥

24. De aceea, cunoscând subtilele
Uniri reciproce,
Cel întrupat care renunță pe deplin [la ele],
Acela poate dobândi ștarea supremă (*para-pada*).

एतान्येव तु संधाय सप्त सूक्ष्माणि पार्थिव।
भूतादीनां [1] विरागोऽत्र सद्भावज्ञस्य मुक्तये॥२५॥

25. O rege! În mod sigur [după] unirea
Cu aceste șapte [elemente] subtile,
Cel care se detașează aici de elemente etc.
Este cunoscătorul adevărului (*sat-bhāva*) întru izbăvire (*mukti*).

गन्धादिषु समासक्तिं संप्राप्य स विनश्यति।
पुनरावर्त्तते भूप स ब्रह्मापरमानुषम्॥२६॥

26. O, stăpân al pământului! [Dacă] el este distrus
Prin atașamentul obținut în miros (*gandha*) etc.,
El revine [în *saṁsāra*]
Ca o ființă umană diferită de *bráhman*.

सप्तैता धारणा योगी समतीत्य यदिच्छति।
तस्मिंस्तस्मिँल्लयं सूक्ष्मे भूते याति नरेश्वर॥२७॥

27. O, Nareśvara! Yoginul dorește [mai întâi]
Să depășească cu totul cele șapte concentrări (*dhāraṇā*),
Iar apoi obține absorbția (*laya*)
În elementul subtil (*sūkṣma-bhūta*).

देवानामसुराणां वा गन्धर्वोरगरक्षसाम्।
देहेषु लयमायाति सङ्गं नाप्नोति च क्वचित्॥२८॥

28. Devenit absorbit (*laya*) în trupurile
Zeilor (*deva*), demonilor (*asura*), muzicanților celești (*gandharva*),
Șerpilor divini (*uraga*) sau demonilor (*rakṣas*) –
Nu obține câtuși de puțin atașament (*saṅga*) [față de acele stări].

अणिमा लघिमा चैव महिमा प्राप्तिरेव च।
प्राकाम्यञ्च तथेशित्वं वशित्वञ्च तथापरम्॥२९॥

29. *Aṇiman* și *laghiman*,
Mahiman și *prāpti*,
Prākāmya și *īśitva*,
Vaśitva și în cele din urmă

[1] विनाशो॥

यत्र कामावसायित्वं गुणानेतांस्तथैश्वरान्।
प्राप्नोत्यष्टौ नरव्याघ्र परं निर्वाणसूचकान्॥ ३० ॥

30. *Kāmāvasāyitva* – o, Naravyāghra!
Acestea sunt cele opt calități (*guṇa*) divine (*īśvara*)
Pe care le obține [yoginul] și care sunt
Semnele supreme întru *nirvāṇa*.

सूक्ष्मात्सूक्ष्मतमोऽणीईयाञ्छीघ्रत्वं लघिमा गुणः।
महिमाऽशेषपूज्यत्वात्प्राप्तिर्नाप्राप्यमस्य यत्॥ ३१ ॥

31. *Aṇiman* – mai subtil (*sūkṣmatama*) decât subtilul;
Laghiman – calitatea de a fi foarte iute;
Mahiman – venerat de toți;
Prāpti – imposibilitatea de a nu obține ceva;

प्राकाम्यस्य च[१] व्यापित्वादीशित्वञ्चेश्वरो यतः।
वशित्वाद्वशिमा नाम योगिनः सप्तमो गुणः॥ ३२ ॥

32. *Prākāmya* – omniprezența;
Īśitva – [starea de] Īśvara;
Vaśitva – este numele celei de a șaptea calități (*guṇa*) ale yoginului,
Fiind puterea supranaturală de a subjuga [pe oricine] la propria-i dorință;

यत्रेच्छास्थानमप्युक्तं यत्र कामावसायिता।
ऐश्वर्यकारणैरेभिर्योगिनः प्रोक्तमष्टधा॥ ३३ ॥

33. *Kāmāvasāyitva* – denumește
Stabilitatea dorinței.
Prin aceste instrumente divine
A fost descrisă octupla [desăvârșire a] yoginului.

मुक्तिसंसूचकं भूप परं निर्वाणमात्मनः।
ततो न जायते नैव वर्द्धते न विनश्यति॥ ३४ ॥

34. O, rege! Suprema *nirvāṇa*
Indică totala izbăvire (*mukti*) a sinelui (*ātman*),
Prin care [yoginul] nu mai renaște,
Nu crește și nici nu dispare,

नापि क्षयमवाप्नोति परिणामं न गच्छति।
छेदं क्लेदं तथा दाहं शोषं भूरादितो[२] न च॥ ३५ ॥

35. De asemenea nu obține decădere (*kṣaya*),
Nu suferă transformare (*pariṇāma*)
Ori alte modificări precum tăierea, udarea,
Arderea sau uscarea datorate pământului (*bhūr*) etc.[1]

---

[१]प्राकाम्यमस्य॥ [२]भूयादितः॥

---

1 *Cf. BhG* II.23-24: „Pe acesta nu-l taie armele, nu-l arde focul, nu-l udă apa și nu-l usucă vântul. El nu poate fi tăiat, ars, udat și uscat; el este etern, omniprezent, stabil, imuabil, continuu."

भूतवर्गादवाप्नोति शब्दाद्यैर्ह्रियते न च।
न चास्य सन्ति शब्दाद्यास्तद्भोक्ता तैर्न युज्यते॥३६॥

36. Și nu este captivat prin sunet (*śabda*) etc.
Din grupul elementelor (*bhūta*) pe care le dobândește,
Și nici sunetul (*śabda*) etc. nu sunt ale acestuia –
Cel care se bucură (*bhoktṛ*) nu este înjugat prin acestea.

यथा हि कनकं[1] खण्डमपद्रव्यवदग्निना।
दग्धदोषं द्वितीयेन खण्डेनैक्यं व्रजेन्नृप[2] ॥३७॥

37. O, rege! Așa cum o bucată de aur,
Care este considerată rea (plină de impurități),
Devine prin arderea în foc a impurităților
Una cu o a doua bucată [de aur pur],

न विशेषमवाप्नोति तद्वद्योगाग्निना यतिः।
निर्दग्धदोषस्तेनैक्यं प्रयाति ब्रह्मणा सह॥३८॥

38. Tot astfel, prin focul [ascezei] Yoga,
Ascetul nu obține nicio particularitate (*viśeṣa*).
Prin mistuirea impurităților (*doṣa*)
Obține unitatea cu *bráhman*.

यथाग्निरग्नौ संक्षिप्तः समानत्वमनुव्रजेत्।
तदाख्यस्तन्मयो भूतो न गृह्येत विशेषतः॥३९॥

39. Așa cum focul care este aruncat în foc
Devine de aceeași calitate și de același nume,
Fiind identic cu acela,
Elementul nefiind perceput prin diferențiere,

परेण ब्रह्मणा तद्वत्प्राप्यैक्यं दग्धकिल्विषः।
योगी याति पृथग्भावं न कदाचिन्महीपते॥४०॥

40. O, rege! Tot astfel este
Obținută unitatea cu supremul *bráhman*.
Yoginul care a ars greșelile (*kilviṣa*)
Nu obține niciodată o stare de separare [față de *bráhman*].

यथा जलं जलेनैक्यं निक्षिप्तमुपगच्छति।
तथात्मा साम्यमभ्येति योगिनः परमात्मनि॥४१॥

41. Așa cum apa pusă deasupra
Devine una cu apa [existentă],
Tot astfel și sinele (*ātman*) yoginului
Ajunge identic cu sinele suprem (*parama-ātman*).

॥इति योगिसिद्धिर्नामाध्यायः॥

Astfel a fost capitolul numit „Perfecțiunea (*siddhi*) yoginului"

[1] कानकं॥ [2] व्रजन्नृप॥

XLI
Obiceiurile yoginului
(*yogicaryā*)

अलर्क उवाच
भगवन्योगिनश्चर्यां श्रोतुमिच्छामि तत्त्वतः।
ब्रह्मवर्त्मन्यनुसरन्यथा योगी न सीदति॥ १ ॥

1. Alarka a spus:
— O, Doamne! Despre obiceiurile yoginului
Doresc foarte mult să ascult
Deoarece, urmând calea lui *bráhman*,
Yoginul nu ștă.

दत्तात्रेय उवाच
मानापमानौ यावेतौ प्रीत्युद्वेगकरौ[१] नृणाम्।
तावेव विपरीतार्थौ योगिनः सिद्धिकारकौ॥ २ ॥

2. Dattātreya a spus:
— Aceștea două, onoarea și dezonoarea, sunt
Cauzele bucuriei (*prīti*) și ale suferinței (*udvega*) oamenilor;
Dar aceștea au cu siguranță un scop contrar,
Fiind pentru yogin cauzele desăvârșirii (*siddhi*).

मानापमानौ यावेतौ तावेवाहुर्विषामृते[२]।
अपमानोऽमृतं तत्र मानस्तु विषमं विषम्॥ ३ ॥

3. Aceștea două, onoarea și dezonoarea,
Sunt numite otravă (*viṣa*) și nectar (*amṛta*);
Dezonoarea este nectarul (*amṛta*), iar
Onoarea este cea mai teribilă otravă (*viṣa*).

चक्षुःपूतं न्यसेत्पादं वस्त्रपूतं[३] जलं पिबेत्।
सत्यपूतां वदेद्वाणीं बुद्धिपूतञ्च चिन्तयेत्॥ ४ ॥

4. Fiind purificat de ochi (*cakṣus*), piciorul poate fi pus jos;
Fiind purificată de filtru (*vastra*[1]), apa poate fi băută;
Fiind purificat de adevăr (*satya*), cuvântul poate fi roștit;
Fiind purificată de discernământ (*buddhi*), [mintea] poate să gândească.

---

[१] प्राप्त्युद्वेगकरौ। प्रत्युद्वेगकरौ॥ [२] तावेवान्थर्विषामृते॥ [३] वस्तुपूतं॥

---

1 Purificarea apei prin filtre textile (*vastra*).

आतिथ्यश्राद्धयज्ञेषु देवयात्रोत्सवेषु च।
महाजनञ्च[१] सिद्ध्यर्थं न गच्छेद्योगवित्क्वचित्॥५॥

5. Cunoscătorul [sistemului] Yoga nu trebuie să meargă niciodată
La ceremoniile *ātithyā*, *śraddhā* ori *yajña*,
La procesiuni [religioase] cu idoli (*devayātrā*), la sărbători (*utsava*),
Ori la o mare personalitate pentru a [obține] desăvârșirea (*siddhi*).

व्यस्ते विधूमे व्यङ्गारे सर्वस्मिन्भुक्तवर्ज्जने[२]।
अटेत योगविद्भैक्ष्यं न तु त्रिष्वेव नित्यशः॥६॥

6. Când cărbunele care arde s-a terminat, fiind fără fum și împrăștiat,
Când toți au părăsit mâncarea –
Cunoscătorul [sistemului] Yoga poate să colinde pentru a cere de mâncare,
Dar niciodată la [mai mult de] trei [case].

यथैवमवमन्यन्ते जनाः परिभवन्ति च।
तथा युक्तश्चरेद्योगी सतां वर्त्म न दूषयन्॥७॥

7. În astfel de cazuri oamenii sunt
Tratați cu dispreț și insultați,
Dar yoginul „unit" trebuie să meargă
Astfel încât calea celor virtuoși nu este pângărită.

भैक्ष्यं चरेद्गृहस्थेषु [३]यायावरगृहेषु च।
श्रेष्ठा तु प्रथमा चेति वृत्तिरस्योपदिश्यते[४]॥८॥

8. Pentru a cere de mâncare trebuie să meargă
La casele familiștilor (*gṛhastha*) ori la casele celor retrași (*yāyāvara*) –
Însă prima (*i.e. gṛhastha*) este cea mai bună –
Astfel este descrisă subzistența (*vṛtti*) acestuia.

अथ नित्यं गृहस्थेषु शालीनेषु चरेद्यतिः।
श्रद्दधानेषु दान्तेषु श्रोत्रियेषु महात्मसु॥९॥

9. Astfel ascetul (*yati*) trebuie să meargă întotdeauna
La gospodarii prosperi,
Credincioși și darnici,
Buni cunoscători ai *Vedelor* – suflete mari (*mahātman*).

अत ऊर्द्ध्वं पुनश्चापि अदुष्टापतितेषु च।
भैक्ष्यचर्या विवर्णेषु[५] जघन्या वृत्तिरिष्यते॥१०॥

10. După aceea trebuie ca din nou [să meargă la casele]
Celor neprihăniți și nedegradați,
Căci practica de a cere de mâncare celor din castele inferioare (*vivarṇa*)
Este cea din urmă formă de subzistență (*vṛtti*) de dorit.

---

[१] महाजनेषु॥ [२] भुक्तवज्जने॥ [३] यावरगृहेषु॥ [४] वृत्तिरस्योपद्दश्यते॥ [५] विवर्णेष॥

भैक्ष्यं यवागूं तक्रं वा पयोयावकमेव वा ।
फलं मूलं प्रियङ्गुं वा कणपिण्याकशक्तवः[1] ॥ ११ ॥

11. Mâncarea primită este fiertura de orez (*yavāgū*) sau zară diluată (*takra*),
Lapte (*payas*) sau *yāvaka*,
Fructe, rădăcinoase sau dughie (*priyaṅgu*),
O bucățică de *piṇyaka* sau crupe de orz (*saktu*).

इत्येते च शुभाहारा योगिनः[2] सिद्धिकारकाः ।
तत्प्रयुञ्ज्यान्मुनिर्भक्त्या परमेण समाधिना ॥ १२ ॥

12. Și astfel aceste alimente pure
Sunt cauzele desăvârșirii (*siddhi*) yoginilor.
Înțeleptul trebuie să folosească această [mâncare]
Cu devoțiune și printr-o mare contemplare (*samādhi*).

अपः पूर्वं सकृत्प्राश्य तूष्णीं भूत्वा समाहितः ।
प्राणायेति[3] ततस्तस्य प्रथमा ह्याहुतिः स्मृता ॥ १३ ॥

13. La început, sorbind odată apa[1],
Fiind liniștit și cu toată atenția,
[Trebuie să spună: „Prinos suflului] *prāṇa*!" (*prāṇāya* [*svāhā*]) –
Astfel este considerată prima sa ofrandă.

अपानाय द्वितीया तु समानायेति चापरा ।
उदानाय चतुर्थी स्याद्व्यानायेति च पञ्चमी ॥ १४ ॥

14. A doua este: „[Prinos suflului] *apāna*!" (*apānāya* [*svāhā*]),
Iar apoi [a treia] este: „[Prinos suflului] *samāna*!" (*samānāya* [*svāhā*]),
A patra este: „[Prinos suflului] *udāna*!" (*udānāya* [*svāhā*]),
Iar a cincea este: „[Prinos suflului] *vyāna*!" (*vyānāya* [*svāhā*]).

प्राणायामैः पृथक्कृत्वा शेषं भुञ्जीत कामतः ।
अपः पुनः सकृत्प्राश्य आचम्य हृदयं स्पृशेत् ॥ १५ ॥

15. Realizând [ofrandele] una câte una însoțite de controlul suflurilor (*prāṇāyāma*),
Poate să se bucure de resturile [ofrandei] după cum dorește.
Imediat după ce a mâncat, sorbind din nou apă (*i.e. ācamana*)
Trebuie să[-și] atingă inima (*hṛdaya*).

अस्तेयं ब्रह्मचर्यञ्च त्यागोऽलोभस्तथैव च ।
व्रतानि पञ्च भिक्षूणामहिंसा परमाणि वै ॥ १६ ॥

16. Ne-furatul (*asteya*), castitatea (*brahmacarya*),
Renunțarea (*tyāga*), ne-lăcomia (*alobha*)
Și ne-violența (*ahiṁsā*) sunt cele cinci
Legăminte (*vrata*) supreme ale asceților cerșetori (*bhikṣu*).

---

[1]सक्तवः ॥ [2]योगीनां ॥ [3]प्राणारेति ॥

---

1 Este vorba despre ritualul *ācamana* de a sorbi apă din căușul palmei pentru a se purifica, și se îndeplinește înaintea ceremonialului religios, înaintea mâncatului etc.; este diferit de cel al stropirii cu apa din gură și este urmat cel mai adesea de atingerea diferitelor părți ale trupului.

अक्रोधो गुरुशुश्रूषा शौचमाहारलाघवम्।
नित्यस्वाध्याय इत्येते नियमाः पञ्च कीर्त्तिताः[१] ॥ १७॥

17. Ne-mânia (*akrodha*), ascultarea maestrului (*guru-śuśrūṣā*),
Curăția (*śauca*), alimentația moderată (*āhāra-lāghu*),
Studierea necontenită (*nitya-svādhyāya*) [a scripturilor] –
Acestea sunt cunoscute drept cele cinci *niyama*.

सारभूतमुपासीत ज्ञानं यत्कार्य्यसाधकम्।
ज्ञानानां बहुता येयं योगविघ्नकरा[२] हि सा॥ १८॥

18. Cunoașterea (*jñāna*) trebuie venerată ca fiind cel mai de preț lucru,
Fiind agentul (*kārya-sādhaka*) oricărei [dobândiri] –
Doar varietatea cunoașterilor (*jñāna*)
Este aceea care produce obstacole [pe calea] Yoga:

इदं ज्ञेयमिदं ज्ञेयमिति यस्तृषितश्चरेत्।
अपि कल्पसहस्त्रेषु नैव ज्ञेयमवाप्नुयात्॥ १९॥

19. „Acesta trebuie cunoscut, acesta trebuie cunoscut" –
Astfel se poate manifesta cel însetat;
Nu va obține niciodată ceea ce „trebuie cunoscut" (*jñeya*)
Nici măcar într-o mie de *kalpa*.

त्यक्तसङ्गो जितक्रोधो लघ्वाहारो[३] जितेन्द्रियः।
विधाय बुद्ध्या द्वाराणि मनो ध्याने निवेशयेत्॥ २०॥

20. Cel care este lipsit de atașament (*saṅga*) și învingător al mâniei (*krodha*),
Care este moderat în mâncare și stăpân peste simțuri (*indriya*),
Pentru a pătrunde cu intelectul (*buddhi*) porțile [trupului]
Trebuie să intre cu mintea (*manas*) în meditație (*dhyāna*).

शून्येष्वेवावकाशेषु गुहासु च वनेषु च।
नित्ययुक्तः[४] सदा योगी ध्यानं संयगुपक्रमेत्॥ २१॥

21. În locurile pustii,
În locurile ascunse (peșteri) ori în păduri –
Yoginul care este întotdeauna „unit [cu practica Yoga]"
Trebuie să recurgă mereu și pe deplin la meditație (*dhyāna*).

वाग्दण्डः कर्मदण्डश्च मनोदण्डश्च ते त्रयः।
यस्यैते नियता दण्डाः स त्रिदण्डी महायतिः॥ २२॥

22. Acestea trei: toiagul (*daṇḍa*) cuvântului (*vāc*),
Toiagul faptei (*karman*) și toiagul minții (*manas*) –
Sunt ale sale toiege disciplinatoare (*niyata*);
Acest purtător al întreitului toiag (*tridaṇḍin*) este un mare ascet.

---

[१] नियमाः परिकीर्तिताः॥ [२] योगविघ्नकारी॥ [३] लघ्वाहारी॥ [४] नित्युक्तः॥

सर्वमात्ममयं यस्य सदसज्जगदीदृशम्।
गुणागुणमयं तस्य कः प्रियः को नृपाप्रियः॥२३॥

23. O rege! Cel pentru care totul este alcătuit din sine (*ātman*),
Precum Universul, [deopotrivă] ființă (*sat*) și ne-ființă (*asat*),
Alcătuit [deopotrivă] din calități (*guṇa*) și ne-calități (*aguṇa*) –
Așadar, cine îi este acestuia prieten? Sau cine îi este dușman?

विशुद्धबुद्धिः[१] समलोष्टकाञ्चनः[२] [३]समस्तभूतेषु [४] च तत्समाहितः।
स्थानं परं शाश्वतमव्ययञ्च [५] यतिर्हि गत्वा[६] न पुनः प्रजायते॥२४॥

24. Ascetul al cărui intelect (*buddhi*) este purificat pe deplin,
Pentru care o bucată de pământ și una de aur sunt la fel,
Și care este inerent în toate ființele (*bhūta*),
Dobândind starea supremă (*para*), eternă și neschimbătoare –
Cu siguranță nu se mai naște din nou.

[७]वेदाच्छ्रेष्ठाः सर्वयज्ञक्रियाश्च यज्ञाज्जप्यं[८] ज्ञानमार्गश्च जप्यात्।
ज्ञानाद्ध्यानं सङ्गरागव्यपेतं तस्मिन्प्राप्ते शाश्वतस्योपलब्धिः॥२५॥

25. Din *Veda* apar toate întâistătătoarele ritualuri sacrificiale (*yajña*);
Din sacrificiu (*yajña*) apare rugăciunea murmurată (*japya*);
Din rugăciunea murmurată (*japya*) apare calea cunoașterii (*jñāna*);
Din cunoaștere (*jñāna*) apare meditația (*dhyāna*)
Lipsită de atașament (*saṅga*) și pasiune (*rāga*),
Iar atunci când este obținută [meditația (*dhyāna*)]
Apare dobândirea „eternului” (*śāśvata*).

समाहितो ब्रह्मपरोऽप्रमादी शुचिस्तथैकान्तरतिर्यतेन्द्रियः।
समाप्नुयाद्योगमिमं महात्मा विमुक्तिमाप्नोति ततः स्वयोगतः॥२६॥

26. Unit (*samāhita*), supremul *bráhman*, ne-indiferent (*apramādin*),
Pur, iubitor al adorării „ființei” (*ekānta*), cu simțurile supuse (*yatendriya*),
Mare-suflet (*mahātman*), dobândind pe de-a-ntregul această Yoga,
Obține suprema izbăvire (*vimukti*) prin propria-i practică (*svayoga*).

॥इति योगिचर्या॥
Acesta a fost [capitolul] despre „Obiceiurile yoginului”

---

[१] बुद्धि॥ [२] समलोष्ठ्रकाञ्चनः॥ [३] ससस्तभूतेषु॥ [४] समः समाहितः॥ [५] परं हि॥ [६] मत्वा॥ [७] वेदाः श्रेष्ठाः॥
[८] जाप्यं॥

XLII
Despre silaba AUṀ
(*auṁkāravarṇana*)

दत्तात्रेय उवाच
एवं यो वर्त्तते योगी संयग्योगव्यवस्थितः।
न स व्यावर्तितुं शक्यो जन्मान्तरशतैरपि॥ १॥

1. Dattātreya a spus:
— Acel yogin care se comportă astfel,
Stând ferm în adevărata Yoga,
Nu poate să fie deturnat
Nici măcar într-o sută de nașteri;

दृष्ट्वा च परमात्मानं प्रत्यक्षं विश्वरूपिणम्।
विश्वपादशिरोग्रीवं विश्वेशं विश्वभावनम्॥ २॥

2. Văzând sinele suprem (*paramātman*),
Ca o experiență directă ce apare în variate forme,
Ale cărui picioare, cap și gât sunt universale,
Domn al universului, creator al universului –

तत्प्राप्तये महत्पुण्यमोमित्येकाक्षरं जपेत्।
तदेवाध्ययनं तस्य स्वरूपं श्रृण्वतः परम्॥ ३॥

3. Pentru a obține aceasta, trebuie să repete (*japa*)
Unica silabă, supremă și sacră – OṀ.
Aceasta este cu adevărat de studiat,
Ascultă despre esența ei supremă.

अकारश्च तथोकारो मकारश्चाक्षरत्रयम्।
एतास्तिस्रः स्मृता मात्राः[1] सात्त्वराजसतामसाः॥ ४॥

4. Litera A și litera U și litera M
Sunt trei litere (*akṣara*).
Acestea trei, considerate a fi *more*,
Sunt *sattva*, *rajas* și *tamas*.

निर्गुणा योगिगम्यान्या चार्धमात्रोर्ध्वसंस्थिता[2]।
गान्धारीति च विज्ञेया गान्धारस्वरसंश्रया॥ ५॥

5. Iar deasupra este situată o jumătate de *mora*,
Fără de calități (*nirguṇa*), perceptibilă doar de către yogin
Și cunoscută drept Gāndhārī,
Cu privire la tonul (*svara*) *gāndhāra*.

[1] एताएव त्रयो मात्राः॥ [2] चार्द्धमात्रोर्द्धसंस्थिता॥

पिपीलिकागतिस्पर्शा प्रयुक्ता मूर्ध्नि लक्ष्यते।
यथा प्रयुक्त ओङ्कारः प्रतिनिर्याति मूर्द्धनि॥ ६॥

6. Rostită fiind, este percepută în creștet
Aidoma atingerii unei furnici ce se mișcă.
Fiind astfel rostită, silaba OṀ
Apare din nou în creștetul capului.

तथोङ्कारमयो योगी त्वक्षरे त्वक्षरो भवेत्।
प्राणो धनुः शरो ह्यात्मा ब्रह्म वेध्यमनुत्तमम्॥ ७॥

7. Astfel devine yoginul alcătuit din silaba OṀ,
Literă cu literă [în parte].
Suflul (*prāṇa*) este arcul, sinele (*ātman*) este săgeata,
Iar *bráhman* este ținta supremă.

अप्रमत्तेन वेद्धव्यं शरवत्तन्मयो भवेत्।
ओमित्येतत्त्रयो वेदास्त्रयो लोकास्त्रयोऽग्नयः॥ ८॥

8. Cu atenția asupra țintei (*i.e. bráhman*)
Cel înzestrat cu săgeata (*i.e. ātman*) devine identic cu acela (*i.e. bráhman*).
Acest OṀ este: cele trei *Vede*,
Cele trei lumi (*loka*), cele trei focuri (*agni*[1]),

विष्णुर्ब्रह्मा हरश्चैव ऋक् सामानि यजूंषि च।
मात्राः सार्द्धाश्च तिस्रश्च विज्ञेयाः परमार्थतः॥ ९॥

9. Viṣṇu, Brahmā și Hara (Śiva),
Ṛg-, *Sāma-* și *Yajur-*[*veda*] –
Astfel trebuie înțelese în mod real
Cele trei *mora* și jumătate.

तत्र युक्तस्तु यो योगी स तल्लयमवाप्नुयात्।
अकारस्त्वथ भूर्लोक उकारश्चोच्यते भुवः॥ १०॥

10. Acel yogin fiind unit acolo
Poate obține absorbția în acela (*i.e. bráhman*).
De asemenea, litera A este lumea Bhūr (pământul),
Iar despre litera U se spune că este Bhuvar (atmosfera),

सव्यञ्जनो मकारश्च स्वर्लोकः परिकल्प्यते।
व्यक्ता तु प्रथमा मात्रा द्वितीयाव्यक्तसंज्ञिता॥ ११॥

11. Litera M, care este împreună cu consonantele (nazală),
Este menționată ca fiind lumea Svar (cerurile).[2]
Prima *mora* este manifestată (*vyakta*),
A doua este cunoscută ca fiind ne-manifestată (*avyakta*),

---

1 Cele „trei focuri" sunt cele trei aspecte (sau fii) ale lui Agni: focul (Pāvaka), fulgerul (Pavamāna) și Soarele (Śuci).

2 [OṀ] *bhūr bhuvaḥ svaḥ* reprezintă de asemenea *mahāvyāhṛti* din *Gāyatrī-mantra* pentru primele trei lumi dintre cele șapte (Mahar, Janar, Tapar & Satya).

मात्रा तृतीया चिच्छक्तिरर्धमात्रा परं पदम्।
अनेनैव क्रमेणैता विज्ञेया योगभूमयः॥ १२॥

12. A treia *moră* este puterea conștiinței (*cit-śakti*),
Jumătatea de *moră* este starea supremă (*para-pada*).
Cu siguranță, prin această succesiune
Sunt cunoscute etapele *yoga*.

ओमित्युच्चारणात्सर्वं गृहीतं सदसद्भवेत्।
ह्रस्वा तु प्रथमा मात्रा द्वितीया दैर्घ्यसंयुता॥ १३॥

13. Prin rostirea [silabei] „OṀ"
Totul, ființă|ne-ființă (*sat*|*asat*), devine inteligibil.
Prima *moră* este scurtă,
A doua reprezintă o creștere a lungimii,

तृतीया च प्लुतार्द्धाख्या वचसः सा न गोचरा।
इत्येतदक्षरं ब्रह्म परमोङ्कारसंज्ञितम्॥ १४॥

14. Iar a treia este prelungire (*pluta*);
Acea jumătate menționată nu este în câmpul de acțiune al cuvântului.
Astfel a fost [descrisă] această silabă –
Bráhman este făcut cunoscut prin această silabă supremă OṀ.

यस्तु वेद नरः संयक्तथा ध्यायति वा पुनः।
संसारचक्रमुत्सृज्य त्यक्तत्रिविधबन्धनः॥ १५॥

15. Acel om a cunoscut pe deplin
Sau meditează în acest fel.
Abandonând roata ciclurilor renașterilor (*saṁsāra*),
Devine liber de cele trei tipuri de legături (*bandha*[1]).

प्राप्नोति ब्रह्मणि लयं परमे परमात्मनि।
अक्षीणकर्मबन्धश्च ज्ञात्वा मृत्युमरिष्टतः॥ १६॥

16. Obține dizolvarea (*laya*) în supremul *bráhman*,
Supremul sine (*parama-ātman*),
Iar cel legat (*bandha*) de către ne-diminuatul *karman*,
Cunoscând moartea (*mṛtyu*) din semnele-i prevestitoare (*ariṣṭa*),

उत्क्रान्तिकाले संस्मृत्य पुनर्योगित्वमृच्छति।
तस्मादसिद्धयोगेन सिद्धयोगेन वा पुनः।
ज्ञेयान्यरिष्टानि सदा येनोत्क्रान्तौ न सीदति॥ १७॥

17. Amintindu-și la momentul despărțirii
Obține din nou condiția de yogin.
Astfel, printr-o *yoga* imperfectă
Sau printr-o *yoga* perfectă,
Semnele prevestitoare (*ariṣṭa*) sunt întotdeauna cunoscute,
Prin care nu se scufundă în deznădejde la momentul despărțirii.

1 „Cele trei tipuri de legături": cunoscătorul/*āṇava*, cunoașterea/*karman* și cunoscutul/*māyīya*.

॥ इति औङ्कारवर्णनम् ॥

Aśtfel a fośt [capitolul] „Despre silaba OṀ”

XLIII
Despre semnele morții
(*ariṣṭa-kathana*)

दत्तात्रेय उवाच
अरिष्टानि महाराज शृणु वक्ष्यामि तानि ते।
येषामालोकनान्मृत्युं निजं जानाति योगवित्॥ १ ॥

1. Dattātreya a spus:
— O, mare rege! Ascultă despre semnele prevestitoare (*ariṣṭa*),
Eu ți le voi descrie.
Prin vederea acestora cunoscătorul practicilor Yoga
Își cunoaște propria-i moarte.

देवमार्गं ध्रुवं शुक्रं सोमच्छायामरुन्धतीम्।
यो न पश्येन्न जीवेत्स नरः संवत्सरात्परम्॥ २ ॥

2. Calea zeilor (*devamārga*), steaua polară (*dhruva*), planeta Venus (*śukra*),
Reflexia Lunii (*somacchāyā*), steaua Alcor (*arundhatī*) –
Acel om care nu le vede
Nu trăiește mai mult de un an întreg (*saṁvatsara*).

अरश्मिबिम्बं सूर्यस्य वह्निं चैवांशुमालिनम्।
दृष्ट्वैकादशमासात्तु[१] नरो नोर्ध्वं तु जीवति॥ ३ ॥

3. Discul Soarelui fără raze,
Iar focul înconjurat de raze –
Văzând astfel, aproape unsprezece luni
Omul nu ajunge să trăiască.

वान्ते मूत्रपूरीषे च यः स्वर्णं रजतं तथा।
प्रत्यक्षं कुरुते स्वप्ने जीवेत्स दशमासिकम्॥ ४ ॥

4. Cel care manifestă clar în vis
Aur (*svarṇa*) și argint (*rajata*)
În vomă, în urină ori în fecale –
Acela mai trăiește zece luni.

दृष्ट्वा प्रेतपिशाचादीन्गन्धर्वनगराणि च।
सुवर्णवर्णान्वृक्षांश्च नव मासान्स जीवति॥ ५ ॥

5. Văzând spiritele decedaților (*preta*), demoni (*piśaca*) etc.
Orașele muzicanților celești (*gandharva*)
Ori copaci de culoarea aurului –
Acela nouă luni mai trăiește.

---

[१] ०मासेभ्यः॥

स्थूलः कृशः कृशः स्थूलो[१] योऽकस्मादेव जायते।
प्रकृतेश्च निवर्तेत तस्यायुश्चाष्टमासिकम्॥ ६ ॥

6. Cel care devine fără niciun motiv
Din solid slab ori din slab solid,
A abandonat condiția naturală (*prakṛti*) –
A sa viață mai este de opt luni.

खण्डं यस्य पदं पार्ष्णयां[२] पादस्याग्रे च वा भवेत्।
[३]पांशुकर्दमयोर्मध्ये सप्त मासान्स जीवति॥ ७॥

7. Al său picior să fie crăpat în călcâi
Sau chiar și în vârful piciorului,
În mijlocul prafului (*pāṁśu*) ori al noroiului (*karda*) –
Acesta șapte luni mai are de trăit.

गृध्रः कपोतः काकालो[४] वायसो वाऽपि मूर्धनि।
क्रव्यादो वा खगो नीलः षण्मासायुः प्रदर्शकः ॥ ८ ॥

8. Vultur (*gṛdhra*), porumbel (*kapota*), corb (*kākāla*),
Cioară (*vāyasa*), pasăre răpitoare (*kravyāda*)
Ori pasăre albastră pe creștetul capului –
Șase luni este prezisă a-i fi viața.

हन्यते काकपङ्क्तीभिः [५]पांशुवर्षैण वा नरः।
स्वां च्छायामन्यथा दृष्ट्वा चतुः पञ्च स जीवति॥ ९ ॥

9. Omul care este ucis de stoluri de ciori (*kāka*)
Sau de o ploaie de praf (*pāṁśu*),
Văzându-și propria umbră altfel –
Acesta trăiește [doar] patru sau cinci [zile].

अनभ्रे विद्युतं दृष्ट्वा दक्षिणां दिशमाश्रिताम्।
रात्राविन्द्रधनुश्चापि जीवितं [६]द्वित्रिमासिकम्॥ १० ॥

10. Văzând un fulger pe cer ne-înnorat,
Îndreptat spre direcția sudică,
Ori chiar un curcubeu (*indra-dhanu*) noaptea –
Viața este de două-trei luni.

घृते तैले तथादर्शे तोये वा नात्मनस्तनुम्।
यः पश्येदशिरस्कां वा मासादूर्ध्वं न जीवति॥ ११ ॥

11. Cel care nu vede corpul său în ghee (*ghṛta*),
În ulei (*taila*), tot astfel într-o oglindă (*adarśa*)
Sau în apă (*toya*), ori [îl vede] fără cap –
Nu trăiește mai mult de o lună.

---

[१]स्थेलः॥ [२]पाष्णर्याम्॥ [३]पांसु०॥ [४]काकोलः॥ [५]पांसु०॥ [६]हि त्रि०॥

यस्य वस्तसमो गन्धो गात्रे शवसमोऽपि वा।
तस्यार्धमासिकं ज्ञेयं योगिनो नृप जीवितम्॥ १२॥

12. Cel al cărui miros pe trup este ca al unei capre (*vasta*)
Ori chiar asemenea unui cadavru –
O, rege! Viața aceluia, să fie cunoscută de către yogin
Ca fiind de o jumătate de lună.

यस्य वै स्नातमात्रस्य [१]हृत्पादमवशुष्यते।
पिबतश्च जलं शोषो दशाहं सोऽपि जीवति॥ १३॥

13. Cel căruia, imediat după baie
Pieptul (*hṛd*) și tălpile (*pāda*) devin uscate,
Uscăciunea fiind chiar și după ce a băut apă –
Acela trăiește doar zece zile.

संभिन्नो मारुतो यस्य मर्मस्थानानि कृन्तति।
हृष्यते नाम्बुसंस्पर्शात्तस्य मृत्युरुपस्थितः॥ १४॥

14. Vântul (*māruta*) cu care vine în contact
Despică/distruge locuri vitale (*marma-sthāna*) ale acestuia
Și nu se înviorează/bucură la atingerea apei –
Moartea (*mṛtyu*) acestuia a sosit.

ऋक्षवानरयानस्थो गायन्यो दक्षिणां दिशम्।
स्वप्ने प्रयाति तस्यापि न मृत्युः कालमिच्छति॥ १५॥

15. Cel care în vis fiind,
Este într-un car tras de urși ori/și maimuțe,[1]
Merge cântând spre direcția sudică –
Moartea acestuia nu dorește întârziere.

रक्तकृष्णाम्बरधरा गायन्ती हसती च यम्।
दक्षिणाशां[२] नयेन्नारी स्वप्ने सोऽपि न जीवति॥ १६॥

16. Pe acela pe care în vis o femeie,
Purtând veșmânt roșu-negru, cântând și râzând,
Îl duce spre direcția sudică –
Nici acesta nu trăiește.

नग्नं क्षपणकं स्वप्ने हसमानं महाबलम्।
एकं[३] संवीक्ष्य वल्गन्तं विद्यान्मृत्युमुपस्थितम्॥ १७॥

17. Văzând în vis un ascet (*kṣapaṇaka*),
Singur, dezbrăcat, foarte puternic,
Râzând și dansând/săltând –
Să știe că moartea a sosit.

---

[१]हृत्तोयम्॥ [२]दक्षिणाशा(त्/न्)॥ [३]एवम्॥

---

1 Var.: „aflat într-un car, pe urși ori pe maimuțe”.

आमस्तकतलाद्यस्तु निमग्नं पङ्कसागरे।
स्वप्ने पश्यत्यथात्मानं स सद्यो म्रियते नरः॥१८॥

18. Cel care se vede pe sine (*ātman*) în vis cufundat
De la creștetul capului până la tălpile [picioarelor]
Într-un ocean de noroi –
Acel om moare pe loc.

केशाङ्गाराँस्तथा भस्म भुजङ्गान्निर्जलां नदीम्।
दृष्ट्वा स्वप्ने दशाहात्तु मृत्युरेकादशे दिने॥१९॥

19. Văzând în vis păr (*keśa*), cărbuni (*aṅgāra*), cenușă (*bhasman*),
Șerpi (*bhujaṅga*) sau un râu (*nadī*) fără de apă –
Moartea (*mṛtyu*) este după zece zile,
În a unsprezecea zi.

करालैर्विकटैः कृष्णैः पुरुषैरुद्यतायुधैः।
पाषाणैस्ताडितः स्वप्ने सद्यो मृत्युं लभेन्नरः॥२०॥

20. Lovit în vis cu pietre (*pāṣāṇa*)
De bărbați terifianți (*karāla*)[1], monstruoși (*vikaṭa*)[2],
Negri (*kṛṣṇa*), cu armele (*āyudha*) ridicate –
Omul dobândește moartea (*mṛtyu*) pe loc.

सूर्योदये यस्य शिवा क्रोशन्ती याति संमुखम्।
विपरीतं परीतं वा स सद्यो मृत्युमृच्छति॥२१॥

21. La răsăritul soarelui o femelă șacal (*śivā*),
Merge în fața aceluia schelălăind,
În sens contrar ori înconjurând[u-l] –
Acesta dobândește moartea (*mṛtyu*) pe loc.

यस्य वै भुक्तमात्रस्य हृदयं बाधते क्षुधा।
जायते दन्तघर्षश्च स गतायुर्न संशयम्[१]॥२२॥

22. „Inima" (*hṛdaya*) aceluia este chinuită de foame
Chiar după ce a mâncat
Iar scrâșnirea dinților apare –
Acesta este lipsit de viață, fără îndoială.

दीपगन्धं न यो वेत्ति त्रस्यत्यह्नि तथा निशि।
नात्मानं परनेत्रस्थं वीक्षते न स जीवति॥२३॥

23. Cel care nu percepe mirosul lămpii,
Care tremură ziua și tot astfel și noaptea,
Care nu se vede pe sine (*ātman*) în ochii altuia –
Acesta nu trăiește.

---

[१] संशयः॥

---

1 Var.: „cu gura căscată și dinții proeminenți (*karāla*)".

2 Var.: „cu dinții mari (*vikaṭa*)".

शक्रायुधं चार्धरात्रे दिवा ग्रहगणाँस्तथा।
दृष्ट्वा मन्येत[१] संक्षीणमात्मजीवितमात्मवित्॥२४॥

24. Văzând curcubeul (*śakra-āyudha*[1]) la miezul nopții
Și tot astfel grupările corpurilor cerești (*graha-gaṇa*) ziua,
Cunoscătorul de sine (*ātmavid*)
Să considere viața sa ca fiind pe deplin epuizată.

नासिका वक्रतामेति कर्णयोर्नमनोन्नती।
नेत्रं च वामं स्रवति यस्य तस्यायुरुद्गतम्॥२५॥

25. Cel al cărui nas devine strâmb,
Ale cărui urechi sunt aplecate ori ridicate,
Al cărui ochiul stâng lăcrimează/supurează –
Viața acestuia este dusă.

आरक्ततामेति मुखं जिह्वा वा श्यामतां यदा।
तदा प्राज्ञो विजानीयान्मृत्युमासन्नमात्मनः॥२६॥

26. Când fața capătă roșeață
Ori limba devine înnegrită –
Atunci cel înțelept trebuie să știe
Că moartea (*mṛtyu*) sa este apropiată.

उष्ट्ररासभयानेन यः स्वप्ने दक्षिणां दिशम्।
प्रयाति तं च जानीयात्सद्यो मृत्युं न संशयः[२]॥२७॥

27. Cel care în vis merge în direcția sudică
Cu un vehicul [tras de] cămilă (*uṣṭra*) ori măgar (*rāsabha*) –
Pe acesta să-l cunoască, fără îndoială,
Ca [având parte] pe loc de moarte (*mṛtyu*).

पिधाय कर्णौ निर्घोषं न शृणोत्यात्मसंभवम्।
नश्यते चक्षुषोर्ज्योतिर्यस्य सोऽपि न जीवति॥२८॥

28. Cel care, astupându-și urechile,
Nu aude sunetul apărut în sine (*ātman*),
A cărui lumină a ochilor se stinge –
Nici acesta nu trăiește.

पततो यस्य वै गर्ते स्वप्ने द्वारं पिधीयते।
न चोत्तिष्ठति यः श्वभ्रात्तदन्तं तस्य जीवितम्॥२९॥

29. Căzut fiind în vis într-o groapă,
Cel căruia i se închide intrarea
Și care nu se ridică/iese din groapă –
Viața acestuia este la sfârșitul ei.

---

[१] मन्यते॥ [२] नरेश्वर॥

---

1 *Śakra-āyudha*: „arma lui Śakra", arcul lui Indra, curcubeul.

ऊर्ध्वा च दृष्टिर्न च संप्रतिष्ठा रक्ता पुनः संपरिवर्तमाना।
मुखस्य चोष्मा शुषिरं च नाभेः शंसन्ति[1] पुंसामपरं शरीरम्॥३०॥

30. Privirea în sus și fără stabilitate,
Injectată/roșie, mișcându-se din nou în cerc,
Ori căldura gurii/feței (*mukha*) și suflarea/răcoarea ombilicului (*nābhi*) –
Acestea vestesc oamenilor un alt corp.

स्वप्नेऽग्निं प्रविशेद्यस्तु न च निष्क्रमते पुनः।
जलप्रवेशादपि वा तदन्तं तस्य जीवितम्॥३१॥

31. Cel care în vis intră în foc
Sau, de asemenea, intră în apă,
Dar apoi nu mai iese –
Viața acestuia este la sfârșitul ei.

यश्चाभिहन्यते दुष्टैर्भूतै रात्रावथो दिवा।
स मृत्युं सप्तरात्र्यन्ते नरः प्राप्नोत्यसंशयम्॥३२॥

32. Cel care este lovit de spirite (*bhūta*) rele,
Noaptea sau chiar ziua –
Acest om, fără îndoială,
Dobândește moartea (*mṛtyu*) la sfârșitul a șapte nopți.

स्ववस्त्रममलं शुक्लं रक्तं पश्यत्यथासितम्[2]।
यः पुमान्मृत्युमासन्नं तस्यापि हि विनिर्दिशेत्॥३३॥

33. Acel bărbat care vede
Propria haină ne-prihănită, albă,
Ca fiind roșie ori neagră –
Moartea (*mṛtyu*) acestuia este indicată ca fiind apropiată.

स्वभाववैपरीत्यं तु प्रकृतेश्च विपर्ययः।
कथयन्ति मनुष्याणां सदासन्नौ[3] यमान्तकौ॥३४॥

34. Inversarea propriei naturi (*svabhāva*)
Ori inversarea constituției (*prakṛti*) –
Spun a fi întotdeauna ale oamenilor
Apropiere a lui Yama și a sfârșitului.

येषां विनीतः सततं येऽस्य पूज्यतमा मताः।
तानेव चावजानाति तानेव च विनिन्दति॥३५॥

35. Pe cei față de care este mereu umil,
Considerați de acesta ca fiind cei mai demni de venerare –
Tocmai pe aceia îi disprețuiește,
Tocmai pe aceia îi insultă,

[1] शिशिरा च नाभिः शंसति॥ [2] अथोऽसितम्॥ [3] समासन्नौ॥

देवान्नार्चयते वृद्धान्गुरून्विप्राँश्च निन्दति।
मातापित्रोर्न सत्कारं जामातृणां करोति च॥३६॥

36. Nu venerează zeii (*deva*), îi ocărăște pe bătrâni,
Pe maeștri (*guru*) și pe *brāhmaṇi*,
Nu arată respect mamei (*mātṛ*) și tatălui (*pitṛ*),
Ginerilor (*jāmātṛ*),

योगिनां ज्ञानविदुषामन्येषां च महात्मनाम्।
प्राप्ते तु काले [1] पुरुषैस्तद्विज्ञेयं विचक्षणैः॥३७॥

37. Yoginilor, posesorilor cunoașterii (*jñāna-vidvas*),
Și celorlalte suflete mari (*mahātman*).
De către oamenii înțelepți aceasta trebuie să fie cunoscută
La momentul oportun (*prāpta-kāla*).

योगिनां सततं यत्नादरिष्टान्यवनीपते।
संवत्सरान्ते तज्ज्ञेयं फलदानि दिवानिशम्॥३८॥

38. O, Domnul pământului! Întotdeauna cu atenție/efort
Semnele prevestitoare ale morții (*ariṣṭa*) yoginilor
Sunt de cunoscut la sfârșitul anului
Ca fiind aducătoare de rezultate zi și noapte.

विलोक्या विशदा चैषां फलपङ्क्तिः सुभीषणा।
विज्ञाय कार्यो मनसि स च कालो नरेश्वर॥३९॥

39. O, Domnul oamenilor!
Privind și cunoscând seria clară și foarte înfricoșătoare
A fructului acestor [semne prevestitoare ale morții],
Acest moment (*kāla*) trebuie realizat în minte (*manas*).

ज्ञात्व कालं च तं संयगभयस्थानमाश्रितः।
युञ्जीत योगी कालोऽसौ यथा नास्याफलो भवेत्॥४०॥

40. Cunoscând acel timp în mod corect,
Fiind adăpostit într-un loc ne-temător,
Yoginul să se angajeze [într-o practică religioasă],
Astfel încât acel timp (*kāla*) să nu fie ne-roditor pentru el.

दृष्ट्वारिष्टं तथा योगी त्यक्त्वा मरणजं भयम्।
तत्स्वभावं तदालोक्य काले यावद्विपाकदः [2] ॥४१॥

41. Văzând astfel semnul prevestitor al morții (*ariṣṭa*),
Yoginul, lepădând frica născută din moarte
Și observând natura acesteia,
Atât timp cât dă rezultate

---

[1] पुरुषः॥ [2] यावत्युपागतम्॥

तस्य भागे तथैवाह्नो योगं युञ्जीत योगवित्।
पूर्वाह्णे चापराह्णे च मध्याह्ने चापि तद्दिने॥४२॥

42. Cel ce cunoaște Yoga trebuie să practice Yoga,
În acea parte a acelei zile (*ahan*),
Dimineața (*pūrvāhṇa*), la amiază (*madhyāhna*)
Și după amiază (*aparāhṇa*) în ziua (*dina*) aceea.

यत्र वा रजनीभागे तदरिष्टं निरीक्षितम्।
तत्रैव तावद्युञ्जीत यावत्प्राप्तं हि तद्दिनम्॥४३॥

43. Sau atunci, în acea parte a nopții
În care a fost observat semnul prevestitor al morții (*ariṣṭa*),
Tocmai atunci trebuie să practice [Yoga]
Până când este dobândită ziua (*dina*) aceea.

ततस्त्यक्त्वा भयं सर्वं जित्वा तं कालमात्मवान्।
तत्रैवावसथे स्थित्वा यत्र वा स्थैर्यमात्मनः॥४४॥

44. Apoi, abandonând toată frica,
Biruind acel timp, stăpân pe sine,
Stând chiar în acea locuință
Sau acolo unde este stabilitatea sinelui (*ātman*),

युञ्जीत योगं निर्जित्य त्रीन्गुणान्परमात्मनि।
तन्मयश्चात्मना भूत्वा चिद्वृत्तिमपि संत्यजेत्॥४५॥

45. Învingând cele trei tendințe (*guṇa*) [ale naturii]
Trebuie să practice Yoga întru supremul sine (*parama-ātman*),
Și devenind identic cu acela prin sine (*ātman*),
Trebuie să abandoneze pe deplin chiar și activitatea „conștiinței” (*cit-vṛtti*).

ततः परमनिर्वाणमतीन्द्रियमगोचरम्।
यद्बुद्धेर्यन्न चाख्यातुं[१] शक्यते तत्समश्नुते॥४६॥

46. Apoi dobândește pe deplin acea supremă *nirvāṇa*
Care este dincolo de simțuri (*atīndriya*),
Ne-accesibilă (*agocara*) intelectului (*buddhi*) acestuia
Și care nu poate să fie descrisă.

एतत्सर्वं समाख्यातं तवालर्क यथार्थवत्।
प्राप्स्यसे येन तद्ब्रह्म संक्षेपात्तन्निबोध मे॥४७॥

47. O, Alarka! Conform realității
Ți-au fost descrise pe deplin toate acestea.
Cunoaște aceasta de la mine, succint,
Prin ce [metodă] vei dobândi acest *brahman*.

---

[१] चाक्ष्यातुम्॥

शशाङ्करश्मिसंयोगाच्चन्द्रकान्तमणिः पयः।
समुत्सृजति नायुक्तः सोपमा योगिनः स्मृता ॥४८॥

48. Prin unirea cu razele lunii (Śaśāṅka),
Neștemata Candrakānta[1] emite apă;
Nu și fără această unire –
Această comparație este binecunoscută (*smṛta*) yoginului.

¹यच्चार्करश्मिसंयोगादर्ककान्तो हुताशनम्।
आविष्करोति नैकः सन्नुपमा सापि योगिनः ॥४९॥

49. Tot astfel prin unirea cu razele soarelui (Arka),
Neștemata Arkakānta[2] manifestă focul;
Nu atunci când este unul/singur –
Și această comparație este [binecunoscută] yoginului.

पिपीलिकाखुनकुलगृहगोधाकपिञ्जलाः।
वसन्ति स्वामिवद्गेहे ध्वस्ते यान्ति ततोऽन्यतः ॥५०॥

50. Furnicile (*pipīlikā*), șoarecii (*ākhu*), mangustele (*nakula*),
Șopârlele mici de casă (*gṛha-godhā*) și potârnichile (*kapiñjala*)
Locuiesc în casă ca și cum ar fi stăpânii (*svāmin*),
Iar atunci când este distrusă, pleacă de acolo în altă parte.

दुःखं तु स्वामिनो ध्वंसे तस्य तेषां न किञ्चन।
वेश्मनो यत्र राजेन्द्र सोपमा योगसिद्धये ॥५१॥

51. O, Domn al Regilor! La ruinarea acestei case
Durerea este [doar] a stăpânului (*svāmin*),
Iar pentru aceia nu este câtuși de puțin.
Această comparație este întru desăvârșirea [practicii] Yoga.

²मृद्वाहिकाल्पदेहापि मुखाग्रेणाप्यणीयसा।
करोति मृद्भारचयमुपदेशः स योगिनः ॥५२॥

52. Deși are trupul foarte mic pentru a căra pământ
Cu vârful gurii care este și mai mic,
[Furnica] face o grămadă mare de pământ –
Aceasta este o învățătură (*upadeśa*) pentru yogin.

पशुपक्षिमनुष्याद्यैः पत्रपुष्पफलान्वितम्।
वृक्षं विलुप्यमानं तु दृष्ट्वा सिध्यन्ति योगिनः ॥५३॥

53. Văzând un arbore (*vṛkṣa*)
Înzestrat cu frunze, flori și fructe,
Distrus de vite, păsări, oameni etc.,
Yoginii se desăvârșesc.

¹यथार्क० ॥ ²मृद्देहि० ॥

1 Candrakānta: „Iubit de Lună", neștemată mitică formată prin congelarea razelor Lunii, dizolvându-se sub influența razelor acesteia.

2 Arkakānta: „Iubit de Soare".

रुरुशावविषाणाग्रमालक्ष्य तिलकाकृतिम्।
सह तेन विवर्धन्तं योगी सिद्धिमवाप्नुयात्॥५४॥

54. Văzând vârful coarnelor puiului de cerb (*ruru*),
Asemănător cu un semn pe frunte (*tilaka*),
Și crescând împreună cu acesta,
Yoginul ar putea atinge desăvârșirea.

द्रवपूर्णमुपादाय पात्रमारोहतो भुवः।
तुङ्गमार्गं[१] विलोक्योच्चैर्विज्ञातं किं न योगिना॥५५॥

55. Luând un vas plin cu lichid
Dintr-un loc înalt,
Văzând de sus calea înaltă[1] –
Ce nu a fost înțeles de yogin?

सर्वस्वे जीवनायालं निखाते पुरुषस्य या।
चेष्टा तां तत्त्वतो ज्ञात्वा योगिनः कृतकृत्यता॥५६॥

56. A yoginului este împlinirea scopului
Cunoscând cu adevărat acel efort
Al omului atunci când tot avutul său,
Suficient pentru trai, a fost „dezgropat”.

तद्गृहं यत्र वसति[२] तद्भोज्यं येन जीवति।
येन संपद्यते चार्थस्तत्सुखं ममतात्र का॥५७॥

57. Aceasta este casa unde locuiește,
Aceasta este hrana prin care trăiește
Aceasta este bogăția prin care se împlinește,
Aceasta este fericirea „care este aici starea de «al meu» (*mamatā*)?”

अभ्यर्थितोऽपि तैः कार्यं करोति करणैर्यथा।
तथा [३]बुद्ध्यादिभिर्योगी पारक्यैः साधयेत्परम्॥५८॥

58. Așa cum prin instrumente (*karaṇa*) face ceea ce trebuie realizat (*kārya*)
Cel care a fost solicitat de acestea,
Tot astfel yoginul săvârșește [scopul] suprem (*para*)
Prin intelectul (*buddhi*) etc. ale altora.

जड उवाच
ततः प्रणम्यात्रिपुत्रमलर्कः स महीपतिः।
प्रश्रयावनतो वाक्यमुवाचातिमुदान्वितः॥५९॥

59. Jaḍa a spus:
— Apoi, după ce s-a închinat fiului lui Atri (*i.e.* Dattātreya),
Alarka, acel domn al pământului,
Plecat cu smerenie și pătruns de o bucurie peste măsură,
A spus [următoarea] vorbă:

---

[१] ०मंगम्॥ [२] वसतिः॥ [३] बुद्ध्यादिभिः॥

---

1 Var. n. १: „trupul înălțat”.

अलर्क उवाच
दिष्ट्या देवैरिदं ब्रह्मन्पराभिभवसंभवम्।
उपपादितमत्युग्रं प्राणसंदेहदं भयम्॥६०॥

60. Alarka a spus:
— O, brāhmaṇa! Prin pronia cerească de către zei
Este dată această frică peste măsură de cumplită
Apărută din înfrângerea de către adversari
Și care dă incertitudine cu privire la viață (*prāṇa*).

दिष्ट्या काशिपतेर्भूरिबलसंपत्पराक्रमः।
यदुच्छेदादिहायातः स युष्मत्संगदो मम॥६१॥

61. Prin pronia cerească atacul victorios
Al armatei numeroase a regelui din Kāśī –
Din cauza acestei distrugeri am ajuns aici –
A dat această întâlnire a mea cu voi.

दिष्ट्या मन्दबलश्चाहं दिष्ट्या भृत्याश्च मे हताः।
दिष्ट्या कोषः क्षयं योतो[1] दिष्ट्याहं भीतिमागतः॥६२॥

62. Prin pronia cerească armata mea a fost slabă,
Prin pronia cerească slujitorii mei au fost uciși,
Prin pronia cerească vistieria a fost epuizată,
Prin pronia cerească eu am ajuns înfricoșat,

दिष्ट्या त्वत्पादयुगलं मम स्मृतिपथं गतम्।
दिष्ट्या त्वदुक्तयः सर्वा मम चेतसि संस्थिताः॥६३॥

63. Prin pronia cerească perechea picioarelor tale
A ajuns în calea amintirii mele,
Prin pronia cerească toate spusele tale
S-au așezat în mintea (*cetas*) mea,

दिष्ट्या ज्ञानं ममोत्पन्नं भवतश्च समागमात्।
भवता चैव कारुण्यं दिष्ट्या ब्रह्मन्कृतं मम[2]॥६४॥

64. Prin pronia cerească din întâlnirea cu dumneata
A răsărit cunoașterea (*jñāna*) mea.
O, brāhmaṇa! Prin pronia cerească, de asemenea,
De către dumneata a fost arătată compasiune față de mine.

अनर्थोऽप्यर्थतां याति पुरुषस्य शुभोदये।
यथेदमुपकाराय व्यसनं संगमात्तव॥६५॥

65. Chiar și nenorocirea ajunge o valoare
Atunci când răsare norocul (*śubha*) omului,
Precum această nenorocire este spre folos
Datorită întâlnirii cu dumneata.

---

[1] यातः॥ [2] ब्रह्मकृतं मयि॥

सुबाहुरुपकारी मे स च काशिपतिः प्रभो।
ययोः[१] कृतेऽहं संप्राप्तो योगीश भवतोऽन्तिकम्॥६६॥

66. O, Doamne! Subāhu este binefăcătorul meu,
La fel și acest rege din Kāśī.
O, Domn al yoginilor! Datorită amândurora
Am ajuns eu în prezența ta.

सोऽहं तव प्रसादाग्निनिर्दग्धाज्ञानकिल्बिषः।
तथा यतिष्ये येनेदृङ्ग भूयां दुःखभाजनम्॥६७॥

67. „Acela [sunt] eu" (*so'ham*)[1], ale cărui păcate ale ne-cunoașterii (*ajñāna*)
Au fost arse de focul milostivirii (*prasāda*) voastre.
Astfel, mă voi strădui prin aceasta încât
Să nu mai devin un vas al suferinței (*duḥkha*).

परित्यजिष्ये गार्हस्थ्यमार्तिपादपकाननम्।
त्वत्तोऽनुज्ञां समासाद्य ज्ञानदातुर्महात्मनः॥६८॥

68. Voi părăsi viața de familie,
Pădure de arbori ai durerii,
După ce voi primi permisiunea de la tine,
Marele suflet dăruitor al cunoașterii (*jñāna*).

दत्तात्रेय उवाच
गच्छ राजेन्द्र भद्रं ते यथा ते कथितं मया।
निर्ममो निरहंकारस्तथा चर विमुक्तये॥६९॥

69. Dattātreya a spus:
— Pleacă, o rege al regilor, fie-ți binele!
Așa cum ți-a fost spus de către mine,
Fără de atașament (*nirmama*), fără de ego (*nirahaṁkāra*),
Astfel mergi/trăiește întru eliberare!

जड उवाच
एवमुक्तः प्रणम्यैनमाजगाम त्वरान्वितः।
यत्र काशिपतिर्भ्राता सुबाहुश्चास्य सोऽग्रजः॥७०॥

70. Jaḍa a spus:
— Astfel fiind el adresat,
După ce i s-a închinat a ajuns în mare grabă
Acolo unde era regele din Kāśī,
Și fratele său Subāhu, acesta fiind născut mai întâi.

---

[१] तयोः॥

---

1 *Īśa-up.* 16.

समुत्पत्य महाबाहुं सोऽलर्कः काशिभूपतिम्।
सुबाहोरग्रतो वीरमुवाच प्रहसन्निव॥७१॥

71. Acešta, Alarka, apropiindu-se în grabă
De regele din Kāśī, eroul cu brațul puternic,
I-a vorbit zâmbind parcă
În prezența lui Subāhu:

राज्यकामुक काशीश भुज्यतां राज्यमूर्जितम्।
तथा[1] च रोचते तद्वत्सुबाहोः संप्रयच्छ वा॥७२॥

72. — O rege din Kāśī, dornic de împărăție,
Bucură-te de aceșt regat puternic,
Dacă aștfel îți face plăcere,
Ori dăruiește-l pe deplin lui Subāhu!

काशिराज उवाच
किमलर्क परित्यक्तं राज्यं ते संयुगं विना।
क्षत्रियस्य न धर्मोऽयं भवांश्च क्षत्रधर्मवित्॥७३॥

73. Regele din Kāśī a spus:
— O, Alarka!
De ce regatul tău ește abandonat fără luptă?
Aceașta nu ește datoria (*dharma*) unui războinic (*kṣatriya*),
Iar dumneata ești cunoscător al îndatoririlor războinicilor (*kṣatra-dharma*).

निर्जितामात्यवर्गस्तु त्यक्त्वा मरणजं भयम्।
संदधीत शरं राजा लक्ष्यमुद्दिश्य वैरिणम्॥७४॥

74. Când grupul de miniștri a foșt înfrânt,
Abandonând frica ce se naște din moarte,
Regele ar trebui să pună săgeata,
Țintind spre dușman ca scop.

तं जित्वा नृपतिर्भोगान्यथाभिलषितान्वरान्।
भुञ्जीत परमं सिद्ध्यै यजेत च महामखैः[2]॥७५॥

75. Învingându-l pe acela regele ar trebui să se bucure
De plăceri alese exaćt după cum poftește,
Și ar trebui să jertfească prin mari sacrificii (*makha*)
Pentru desăvârșirea supremă (*parama*).

अलर्क उवाच
एवमीदृशकं वीर ममाप्यासीन्मनः पुरा।
साम्प्रतं विपरीतार्थं श्रृणु चाप्यत्र कारणम्॥७६॥

76. Alarka a spus:
— O, eroule! Asemenea era
Chiar și mintea (*manas*) mea odinioară,
Dar acum scopul ește contrar.
Iar în aceaștă privință, ascultă motivul!

---

[1]यथा॥ [2]०मखः॥

यथायं भौतिकः संघस्तथान्तःकरणं नृणाम्।
गुणास्तु सकलास्तद्वदशेषेष्वेव जन्तुषु॥७७॥

77. Precum eſte aceſt agregat material (*bhautika*),
Tot aſtfel eſte și inſtrumentul intern (*antaḥkaraṇa*) al oamenilor,
La fel sunt toate calitățile/tendințele (*guṇa*),
Fără excepție, în toate ființele.

चिच्छक्तिरेक एवायं यदा नान्योऽस्ति कश्चन।
तदा का नृपते [१]ज्ञानान्मित्रारिप्रभुभृत्यता॥७८॥

78. Aceaſtă capacitate/putere a conștiinței (*cit-śakti*) eſte cu adevărat una singură,
Iar atunci când nu exiſtă câtuși de puțin o alta,
O, domn al oamenilor! Cum apare din cunoaștere (*jñāna*)[1]
Starea de prieten|dușman (*mitra*|*ari*) ori ſtăpân|servitor (*prabhu*|*bhṛtya*)?

तन्मया दुःखमासाद्य त्वद्भयोद्भवमुत्तमम्।
दत्तात्रेयप्रसादेन ज्ञानं प्राप्तं नरेश्वर॥७९॥

79. O, domn al oamenilor!
Fiind experimentată de către mine
Acea suferință (*duḥkha*) supremă răsărită din frica de tine,
Cunoașterea (*jñāna*) a foſt dobândită prin harul lui Dattātreya.

निर्जितेन्द्रियवर्गस्तु त्यक्त्वा संगमशेषतः।
मनो ब्रह्मणि संधाय[२] तज्जये परमो जयः॥८०॥

80. Cel care a învins toate inſtrumentele (*indriya*)
Abandonând fără de reſt „venirea împreună” (*saṁgama*),
Fixând mintea (*manas*) în *brahman* –
Aceaſtă biruință eſte suprema biruință.

संसाध्यमन्यत्तत्सिद्ध्यै यतः किञ्चिन्न विद्यते।
इन्द्रियाणि च संयम्य ततः सिद्धिं नियच्छति॥८१॥

81. Pentru că nu exiſtă nimic altceva câtuși de puțin
De realizat pentru atingerea acelei desăvârșiri (*siddhi*),
Stăpânind inſtrumentele (*indriya*)
Dobândește prin urmare desăvârșirea (*siddhi*).

सोऽहं न तेऽरिर्न ममासि शत्रुः सुबाहुरेषो न ममापकारी।
दृष्टं मया सर्वमिदं यथात्मा अन्विष्यतां भूप रिपुस्त्वयान्यः॥८२॥

82. Aceſt eu nu eſte dușmanul tău,
Nici tu nu ești dușmanul meu;
Aceſt Subāhu nu eſte rău-făcătorul meu.
Tot aceſt [univers] eſte văzut de mine
Ca fiind [identic cu] sinele (*ātman*).
O, proteguitor al pământului, caută un alt dușman!

---

[१]अज्ञानात्॥ [२]संध्यास्ये॥

---

1 Var. n. १: „din ne-cunoaștere (*ajñāna*)”.

इत्थं स तेनाभिहितो नरेन्द्रो हृष्टः समुत्थाय ततः सुबाहुः ।
दिष्ट्येति तं भ्रातरमाभिनन्द्य काशीश्वरं वाक्यमिदं बभाषे ॥ ८३ ॥

83. Aștfel a foșt adresat domnul oamenilor.
După aceea, ridicându-se Subāhu,
Bucuros a spus salutându-și fratele,
«Prin pronia cerească!»,
A roștit aceșt cuvânt regelui din Kāśī:

इति श्रीमार्कण्डेयपुराणेऽरिष्टकथनं[1] नाम त्रिचत्वारिंशोऽध्यायः ॥[2]

Aștfel se încheie al patruzeci și treilea capitol din venerabila *Mārkaṇḍeya-purāṇa* numit „Despre semnele morții" (*ariṣṭa*).

---

[1] अरिष्टाध्यायवर्णनम् ॥ [2] इति श्रीमार्कण्डेयपुराणेऽलर्कनिर्वेदो नाम चत्वारिंशोऽध्यायः ॥

Bibliografie

1862. *The Márcaṇḍeya Puráṇa*. Ed. K.M. Banerjea. Calcutta: Bishop's College Press, §§xxxix-xlii, pp. 227-242;
1879. *Mārkaṇḍeyapurāṇam*. Ed. Bhaṭṭācāryya. Calcutta: Sarasvatīyantra, §§xxxix-xlii, pp. 210-224;
1918 *Yogarahasya* în *Yogaśāstrabali*. Calcutta: Śrīśaraccandra Cakravartti, pp. 381-406;
2004. *The Mārkaṇḍeya Purāṇam*. Ed. & tr. F. Eden Pargiter & Joshi K.L. Shastri. Delhi: Parimal Publications, §§xxxvi-xxxix, pp. 170-181;